1

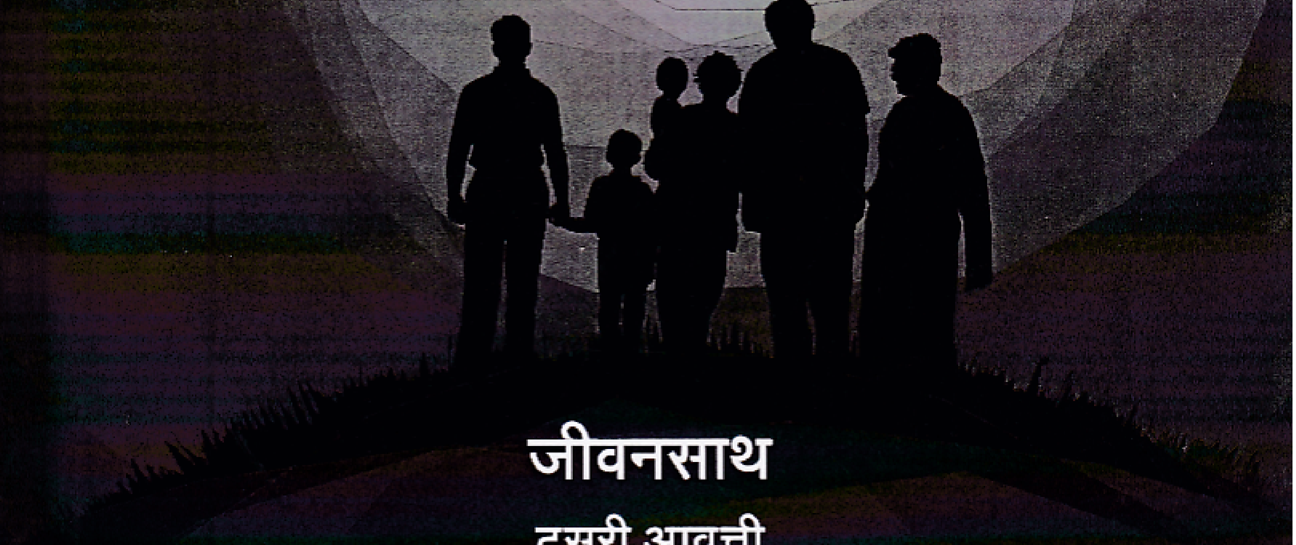
विवाह अभ्यास म्हणजे नेमकं काय

•

कौटुंबिक विसंवाद

अनिल भागवत

वैवाहिक आणि कौटुंबिक समुपदेशक



जीवनसाथ

दुसरी आवृत्ती

जीवनसाथ - 12 पुस्तकांच्या संचापैकी
पुस्तक क्र. 1

विवाह अभ्यास म्हणजे नेमकं काय

•

कौटुंबिक विसंवाद

जीवनसाथ

जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ म्हणजे जीवनसाथ

अनिल भागवत
वैवाहिक आणि कौटुंबिक समुपदेशक

प्रकाशक
अनिल भागवत
ई 3/21 गिरिजा शंकर विहार
कर्वे नगर, पुणे 411052

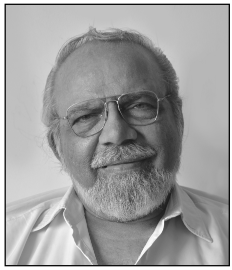
प्रथम आवृत्ती : 27 डिसेंबर 2015

मुखपृष्ठ : आभा भागवत

टाइपसेटिंग
स्मिता टाईपसेटर्स
1120, सदाशिव पेठ,
पुणे 411030

मुद्रणस्थळ
स्मिता प्रिंटर्स,
1019, सदाशिव पेठ,
पुणे 411030

किंमत 250 रुपये



अनिल भागवत – ओळख

- बांधकाम व्यवस्थापनाचं अमेरिकेत शिक्षण आणि नोकरी
- अमेरिकन ग्रीन कार्ड होल्डर असूनही भारतात परत येण्याचा निर्णय
- 8 महिने 50,000 कि.मी. आणि 35 देशांचा स्वतः गाडी चालवत बायकोबरोबर प्रवास
- भारतात अतिजलद आणि दर्जेदार बांधकाम व्यवस्थापनाचा अनेक वर्षं व्यवसाय
- तत्त्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र यांचा रोजच्या आयुष्यात उपयोग करण्याविषयी खास अभ्यास
- 'वैवाहिक आणि कौटुंबिक समुपदेशन' या विषयात डॉक्टरेटचं काम पूर्ण
- इंग्लंड आणि अमेरिकेत पालक-शिक्षण आणि विवाह-शिक्षणाच्या कार्यशाळा
- विवाह-शिक्षणाचे 500 च्या वर कार्यक्रम (1997 ते 2015)
- पालक-शिक्षणाचे 300 च्या वर कार्यक्रम (1980 ते 2015)

सामाजिक कामं -

- जीवनसाथ अभ्यास मंडळ – प्रमुख सल्लागार
- जीवनसाथ समुपदेशन केंद्र – प्रमुख समुपदेशक
- पालक विद्यापीठ – सल्लागार
- इंग्लिश संभाषण वर्ग – प्रमुख शिक्षक
- रोजच्या आयुष्याचं व्यवस्थापन – डायरी प्रशिक्षण – प्रमुख प्रशिक्षक
- सुंदर हस्ताक्षर वर्ग – प्रशिक्षक

- लेखन – वर्तमानपत्रांतून, नियतकालिकांतून अनेक वर्षं लिखाण

पुस्तकं -

1. घर पाहावं बांधून (5 वी आवृत्ती)
2. लग्न पाहावं करून (उपलब्ध नाही)
3. व्यवस्थापनशास्त्र तुमच्यासाठी (2 री आवृत्ती)

●



शोभा भागवत – ओळख

- मराठी, संस्कृत, इंग्लिश भाषेत पदव्या
- अमेरिकन ग्रीन कार्ड होल्डर असूनही भारतात परत येण्याचा निर्णय
- 8 महिने 50,000 कि.मी. आणि 35 देशांचा स्वतः गाडी चालवत नवऱ्याबरोबर प्रवास
- 2 वर्षं युनिसेफसाठी शैक्षणिक सल्लागार
- गरवारे बालभवन, सारसबाग, पुणे. च्या संचालक (1985 ते 2015)
- भारत सरकारतर्फे शैक्षणिक कार्यक्रमासाठी ब्राझिलला भेट
- इंग्लंड आणि अमेरिकेत पालक-शिक्षण आणि विवाह शिक्षणाच्या कार्यशाळा
- विवाह-शिक्षणाचे 300 च्या वर कार्यक्रम (1997 ते 2015)
- पालक-शिक्षणाचे 1000 च्या वर कार्यक्रम (1980 ते 2015)

सामाजिक कामं -

- पालक विद्यापीठ – प्रमुख सल्लागार
- जीवनसाथ अभ्यास मंडळ – सल्लागार
- अक्षरनंदन शाळा – सल्लागार
- महाराष्ट्र पालक शिक्षक संघ – कार्याध्यक्ष
- डॉ. स्नेहल अशोक स्मृती न्यास – विश्वस्त
- हुजूरपागा नियामक मंडळ – सदस्य
- लेखन – वर्तमानपत्रांतून, नियतकालिकांतून सातत्यानी लेखन

पुस्तकं

1. आपली मुलं (राज्य पुरस्कार प्राप्त)
2. गारांचा पाऊस (राज्य पुरस्कार प्राप्त)
3. मूल नावाचं सुंदर कोडं
4. दिवास्वप्न (अनुवाद)
5. दलित पुरुषांच्या आत्मचरित्रातील स्त्री प्रतिमा
6. बहुरूप गांधी (अनुवाद)
7. आनंदाच्या पाऊलवाटा
8. देणारं झाड (अनुवाद)
9. मांजरांची वरात (अनुवाद)
10. गंमत जत्रा
11. विश्व आपलं कुटुंब
12. स्त्रियांचे प्रश्न
13. खेळण्यांचा जादूगार - अरविंद गुप्ता
14. सिंह आणि चिंगुली लाल चिमणी (अनुवाद)
15. खट्याळ उंदीर (अनुवाद)
16. अमरपत्र (अनुवाद)
17. शहाणी मुलं छान मुलं (अनुवाद)
18. बियांचे प्राणी (अनुवाद)
19. अंगठ्याची चित्रं (अनुवाद)
20. बोलणारे दगड (अनुवाद)

आगामी पुस्तकं

21. सारं काही मुलांसाठी
22. शिक्षण आणि शांती (अनुवाद)

नाटक – आम्ही घरचे राजे (थिएटर अकादमी)

अनेक लेख, कविता, आकाशवाणी आणि दूरदर्शनवर कार्यक्रमांचं लेखन आणि सादरीकरण

●

प्रस्तावना – शोभा भागवत

आमचं 'जीवनसाथ विवाह अभ्यास मंडळ' 1997 मधे सुरू झालं. आमची दोन्ही मुलं तेव्हा लग्नाच्या वयाची होत होती. अनिलला तेव्हा असं सारखं वाटत होतं की, आपण दोघांशी लग्नाबद्दल सूत्रबद्ध बोलायला हवं, पण या वयातली मुलं कुठं आई-वडिलांचं ऐकण्याच्या मनःस्थितीत असतात? त्यांच्या मित्र-मैत्रिणींचा गट जमवणं, त्यांच्या पालकांनाही बोलावणं आणि दर रविवारी 2-3 तास एकत्र चर्चा करणं ही कल्पना मात्र त्यांना आवडली, आणि आमच्या घरीच 'जीवनसाथ' सुरू झालं.

'जीवनसाथ' म्हणजे स्पष्ट विचारांची जीवनभराची साथ. खूप जणांना असं वाटतं की, अविवाहित मुला-मुलींसाठी हे गट चालवतात, म्हणजे हे वधूवरसूचक मंडळ आहे. पण असं लग्न जमवण्यासाठी मंडळ चालवण्यात आम्हा दोघांनाही रस नाही. अर्थात, मंडळाच्या निमित्तानं एवढ्या वर्षांत लग्नाचा अभ्यास करता करता परिचय होऊन बरीच लग्नं ठरली, झाली, टिकली आणि ती विचारपूर्वक झाली याचं आम्हाला समाधान वाटतं.

18 वर्षांच्या अनुभवानं आम्हाला असं वाटतं की, तरुण मुली लग्नाबद्दल खूप विचार करतात. कारण, त्यांना जाणीव असते की, लग्नानंतर पुरुषाचं आयुष्य फार बदलणार नाही, पण बाईचं सगळंच बदलून जातं. या उच्चशिक्षित मुली असं म्हणतात की, लग्न हे काही आयुष्यभराचं 'अल्टिमेटम' नाही हे आमच्या पिढीला कळलेलं आहे. त्याचप्रमाणे, एका व्यक्तीशी आयुष्यभर आपण जोडले जाणार, तर ती कशीतरी उरकून टाकायची पण गोष्ट नाही. लग्नानंतर आपलं आयुष्य घडूही शकतं किंवा बिघडूही शकतं. त्यामुळं स्वतः विचार करून स्वतःच निर्णय घ्यायचा.

ठराविक 'कांदापोहे' कार्यक्रमाचं स्वरूप बदललं आहे. तरीही अजून परिचयात मोकळेपणा नसतो. शिक्षण, पगार, घरदार, दिसणं या व्यावहारिक गोष्टींकडेच झुकतं माप असतं. माणूस म्हणून एकमेकांची ओळख होत नाही.

एखाद्या जोडीत कुटुंबातल्या पार्श्वभूमीमुळे, वातावरणामुळे मनमोकळा संवाद असला, तरीही लग्नाच्या वेळी विचार नेमका कशाकशाचा करायचा याबाबतीत पालकांना काही कल्पना नसते. मुलांना वाटतं पालक काहीतरी सांगू शकतील. त्याचवेळी पालकांना वाटतं, आजकालच्या मुलांना सगळं माहिती असतं. शेवटी दोघांकडून मिळून आवश्यक असलेला स्पष्ट विचार कमी पडतो.

आज प्रत्येक व्यक्तीला स्वातंत्र्याचा ध्यास आहे. अशा वेळी वरवर भेटून, बोलून आयुष्यभराचा निर्णय कसा घ्यायचा? लग्न म्हणजे काय एक दिवसाचा सोहळा आहे का? ती आयुष्यभराची दोघांनी केलेली 'कमिटमेंट' आहे.

लग्नाच्या वयात घरून प्रचंड मानसिक दबाव असतो, असंही मुली सांगतात. त्यात घरात आई-वडलांचंच आयुष्य अत्यंत असमाधानी पाहिलेलं असलं, घरात आई-वडलांची एकमेकांना, मुलांना मारपीट पाहिलेली असली, तर लग्नाबद्दल प्रचंड साशंकता असते. अनेक कुटुंबांत दुर्दैवानी तरुण मुलांना मोकळेपणानी बोलता येत नाही. अनेकदा पालकांशी संवादच तुटलेला असतो.

याला उपाय म्हणून, आपल्या समाजात या मुला-मुलींसाठी काय सोयी उपलब्ध आहेत? वधू-वर सूचक मंडळं आहेत, ती पालकांना जेवढी आकर्षक वाटतात, तेवढी मुला-मुलींना वाटत नाहीत. मेळाव्याचा अनेकांनी धसका घेतलेला आहे. विवाहपूर्व समुपदेशन केवळ लैंगिक प्रश्नांभोवतीच घोटाळत राहतं. इंटरनेटचा आधार अनेकजण घेत आहेत, पण त्याची विश्वासार्हता अजून सिद्ध व्हायची आहे.

इंटरनेटवर माहितीचा धबधबा असतो, पण त्यातली बरीचशी पाश्चात्त्य असते. स्वतःला उपयोगी असं फारच कमी सापडतं.

अशा वेळी परिचयोत्तर विवाह असा काही कुठे पर्याय आहे का? मैत्रीतून विवाह असा काही 'प्लॅटफॉर्म' आहे का? या शोधात तरुण आहेत. त्यामुळेच जिथे केवळ पैशांसाठी काम चालत नाही, पण जिथे समाजकार्य असाही आव नाही, जिथं कुणाचं दडपण विचारांवर नसेल आणि निर्णयासाठी दबाव नसेल, जिथे तरुणांचा सन्मान जपला जाईल आणि मार्गदर्शन म्हणून उपदेशांचे डोस नसतील, अशा विवाह अभ्यास मंडळाच्या शोधात मुलं-मुली आहेत. ही गरज

ओळखून 'जीवनसाथ'ची सुरुवात झाली.

'जीवनसाथ' सुरू केल्यापासून अनिलनी वैवाहिक जीवनात येणाऱ्या प्रश्नांची यादी करून अभ्यासाला सुरुवात केली. विवाह अभ्यासाचा अभ्यासक्रम तयार केला. त्याचं 'मॅनेजमेंट' या विषयाचं शिक्षणही आहे आणि व्यवसायही आहे. त्यातली तत्त्वं वैवाहिक जीवनात उपयोगी आहेत. आपण कसे आहोत हे कळणं आणि दुसऱ्याला पारखता येणं, यासाठी त्यानी व्यक्तिमत्त्वाच्या प्रकारांचा अभ्यास केला आहे. विवाहासाठी काय प्रकारची प्रगल्भता हवी हे शोधण्याचं त्याचं काम चालू आहे. त्याचं मानसशास्त्राच्या अंगानं 'वैवाहिक समुपदेशन' या विषयातलं डॉक्टरेटचं काम पूर्ण आहे. पीएच.डी. हातात मिळणं बाकी आहे. क्रिटिकल ॲनॅलिसिस या पद्धतीनं तो तरुण मुला-मुलींना आपले प्रश्न सोडवण्याचा आत्मविश्वास देतो आहे. अतिशय सातत्यानं 'ग्रुप काउन्सेलिंग' आणि 'इंडिव्हिज्युअल काउन्सेलिंग' करतो आहे. त्याची अभ्यासू वृत्ती, शिस्त, चिकाटी, तरुणांशी संवाद साधण्याचं कौशल्य, हे काम करण्यासाठी 'ट्रेनर्स' तयार करणं, हे सगळं पाहणं, त्यात मदत करणं हा माझ्या आनंदाचा भाग आहे.

'जीवनसाथ'मधे अविवाहित तरुण-तरुणी तर येतातच, पण नवविवाहित, मध्यमवयीन विवाहित जोडपी, घटस्फोटित व्यक्ती, अविवाहित राहण्याचा निर्णय घेतलेली मंडळीही येतात. त्यांच्यामधल्या विचारांच्या देवाण-घेवाणीचा सर्वांनाच उपयोग होतो. इथल्या काहींच्या प्रतिक्रिया बरंच काही सांगतात.

'जीवनसाथ'मधे येणारी कॉम्प्युटर इंजिनिअर मुलगी एकदा सांगत होती–

''माणसाच्या दिसण्यापेक्षा माणसाचं असणं महत्वाचं असतं, ते कसं पारखावं याचं सहज, सोप्या शब्दांत मार्गदर्शन तुम्ही करता, ते मला आवडलं. केवळ नवरा-बायको या नात्यातच नव्हे, तर इतरही नात्यांत प्रत्येकाला 'स्पेस' देऊन जे नातं जोपासलं तर ते अधिक सशक्त ठरतं, हे मला इथं कळलं. लग्न करायचं तर अफाट अपेक्षा ठेवून कसं चालेल? आपल्याला आयुष्यात काय चालणार नाही, पेलणार नाही, कोणाला नाही म्हटलं पाहिजे याबद्दलचे माझे विचार इथेच स्पष्ट झाले. लग्न या प्रक्रियेकडेच जाणीवपूर्वक पाहण्याचा मार्ग मला इथे सापडला.''

चर्चेत एकदा एक मुलगा म्हणाला होता, ''एखाद्या सुंदर, मादक मुलीशी लग्न आणि मग हनिमून इथपर्यंतचा मुलग्यांचा 'प्लॅन रेडी' असतो, पण पुढं सगळी गडबड गडबड असते. खरं म्हणजे लग्न या विषयाच्या अभ्यासाची

सुरुवात शाळेत आणि महाविद्यालयातच व्हायला हवी.''

एक मध्यमवर्गीय घरातला खूप न शिकलेला मुलगा. तो सांगत होता –

''आमच्या घरात जे विषय उच्चारले सुद्धा जात नाहीत त्यावर इथे मोकळेपणानी बोलतात हे पाहून मी चक्रावूनच गेलो. मित्राच्या सांगण्यावरून मी इथे आलो आणि मला कळलं की, इथे केवळ लग्नाविषयी नाही, तर इतर खूप विषयांबद्दल चर्चा होते. आयुष्य स्वस्थ आणि समाधानी कसं होईल हे कळतं. 'ग्रुप डिस्कशन'मधे अनेक माणसांचे विचार कळतात. इतरांच्या प्रश्नांची कल्पना येते.''

मॅनेजमेंटचा अभ्यास करणाऱ्या अतिशय संवेदनक्षम मुलीला काही वेगळेच फायदे जाणवले. ''प्रश्नाच्या मुळापर्यंत जाणं आणि मूळ प्रश्नाचं उत्तर शोधणं यांचे संस्कार इथे माझ्यावर झाले. वास्तवाची जाण आली आणि अपेक्षांचा क्रम लावता आला. इथल्या 'प्रेझेंटेशनचा' मला माझ्या 'मॅनेजमेंट स्टडीज'मधे उपयोग झाला.'' दुसरी एकजण म्हणते, ''विवाहबाह्य संबंधांवरच्या चर्चा बैठक संपल्यावरही मनात ठसठसत राहिल्या. घटस्फोट होऊ नये यासाठी काय करावं, झालाच तर काय करावं, किती मुलं हवीत, संगोपन कसं करावं, आपलं मरण, जोडीदाराचं मरण, आप्तजनांचं मरण या अत्यंत अप्रिय अशा विषयांवरच्या चर्चांनी मनोधैर्य वाढलं. प्रत्येक बैठकीला येताना, आज काय नवीन शिकायला मिळेल अशी उत्सुकता असते.''

एक अतिशय गंभीर मुलगी आहे. तिनं अतिशय विचारपूर्वक लग्न केलं आहे. ती एकदा चर्चेत सांगत होती–

''लग्न म्हणजे तडजोड आणि ती बाईलाच करावी लागते. पण 'जीवनसाथ'मधे येऊन मुलांमधेही तडजोडीची जाणीव आणि इच्छा निर्माण होते. एकमेकांत खेळीमेळीचं वातावरण असण्यासाठी वैचारिक पातळी जुळणं आवश्यक आहे. विचार जुळले तर 'कम्फर्ट लेव्हल' वाढते. एकमेकांचे दोष स्वीकारणं सोपं जातं. प्रत्येक माणसात दोष असणारच, मतभेद असणारच, पण ते कमी कसे करायचे ते इथे आल्यावर उमगलं.''

''आम्ही दोघं लग्नापूर्वी एकमेकांशी करिअर, पैसे, मित्रमैत्रिणी, कुटुंब यांविषयी बोललो. आमचे बरेच विचार जुळत होते. यावेळी निर्णय घेताना आम्हाला अनिलदादांनी सांगितलेली 'क्रिटिकल ॲनॅलिसिस'ची पद्धत उपयोगी पडली. आता लग्न झाल्यावर हा विचार किती महत्त्वाचा होता, ते लक्षात येतं आहे.''

एक रोखठोक मुलगी सांगते, ''मी 'हेडस्ट्राँग' आहे. पटल्याशिवाय काही करणार नाही. मुलं बघताना मी खूप विचार करत होते. पण मुलगे 'टिपिकल माइंडेड' असतात. मग नकार सुरू झाले. बाबांना त्याचा त्रास होऊ लागला. अजूनही मला जे हवंय ते मला सापडत नाही. जीवनसाथमधे लग्न जमलं तर मला आवडेल, पण इथे स्वतःला समजून घेण्याचा आणि इतरांना समजून घेण्याचा एक दृष्टिकोन मिळाला. तो मला उपयोगी पडतो आहे. सर्वांना मतं असतात. ती एकमेकांवर लादू नयेत, हे मी इथं शिकले. आपल्या समाजात मुलग्यांची मतं खूप पारंपरिक आहेत. माझ्यासारख्या मुलींना फार निराशा येते. अशा वेळी जीवनसाथचा मला खूप आधार वाटतो.''

आमच्या एक घटस्फोटित सभासद म्हणतात ते मला फार महत्त्वाचं वाटतं–

''सध्या विवाहसंस्थेला आलेलं बाजारी बजबजपुरीचं स्वरूप घातक आहे. नको त्या गोष्टी लग्नसंस्थेत घुसून मूळ मूल्यांनाच छेद देत, पार बोजवारा उडवत आहेत.

लग्नाच्या निमित्तानी एकूण मानवी सूक्ष्म, नाजूक, तरल नाती आणि भावभावना यांचा हळुवार गोफ गुंफला जात असतो. त्याचा नितांत सुंदर अभ्यास या मंडळात होतो. आजच्या नव्या विचारांनी कालचा मनस्ताप पुसता येतो, हे मला या अभ्यासाचं सामर्थ्य वाटतं.''

जीवनसाथमधे सातत्यानं गेली पाच वर्षं येणाऱ्या एक मध्यमवर्गीय पालक म्हणतात :

''लग्न ठरविताना पत्रिकेवर अनावश्यक भर असतो, पण मुलामुलींच्या गाठीभेटी, चर्चा जास्त आवश्यक असतात. दोन कुटुंबांच्या परिचयासाठी वेळ देणं आवश्यक असतं, ते होत नाही. जीवनसाथमधे येण्यापूर्वी माझी मतं पक्की नव्हती. 50-50 टक्के दोन्ही बाजू खऱ्या वाटायच्या. पण आता मी योग्य शब्दांत माझा मुद्दा पटवून देऊ शकते. पालकांनाही या अभ्यासाची गरज आहे. लग्नात पालकांचा पुढाकार नसावा. मुला-मुलींनीच पुढं जबाबदारी पेलायची असते. त्यामुळे मुलांचा पुढाकार आणि पालक फक्त सल्लागार असं व्हायला हवं. पालकांनी योग्य गोष्टींना प्रोत्साहन द्यावं, अयोग्य गोष्टी स्पष्ट, योग्य शब्दांत त्यांच्यासमोर मांडाव्यात, निर्णय मात्र मुलांचाच असावा.

जीवनसाथमधे नकारात्मक गोष्टींचा विचारही करण्याचं तंत्र कळलं. म्हातारपण,

आजारपण, मृत्यू यांबद्दलचे विचार पक्के झाले; अनेक अंधश्रद्धा गेल्या, साधी राहणी उच्च विचारसरणी म्हणजे काय हे कळलं. सर्वांत महत्त्वाचं म्हणजे इथं मुलांबरोबर पालकांनाही आपल्या वैवाहिक आयुष्यातल्या समस्या सोडवता येतात, याचा दिलासा वाटला. आमचंही आयुष्य 'जीवनसाथ'नी समृद्ध केलं.''

स्वतः अनेक प्रकारची प्रशिक्षणं देणारं आमचं एक अत्यंत उत्साही, कृतिशील सभासद जोडपं म्हणालं, ''वैचारिक देवाणघेवाण फार कमी ठिकाणी होते. इथलं पद्धतशीर विश्लेषण आम्हाला खूप गोष्टी शिकवतं. अनिलदादांचे खास खेळ गमतीबरोबर महत्त्वाचे संदेश सहज देतात. तुम्ही दोघं आधी भेटला असतात तर आम्हाला अधिक चांगले नवरा-बायको होता आलं असतं आणि अधिक चांगले पालकही.'' लग्न आणि मुलांना वाढवणं हे प्रत्येकाच्या जीवनातले महत्वाचे प्रकल्प; पण लोक त्यांच्याकडे पुरेशा गांभीर्यानं पाहात नाहीत. आज झट लग्न पट घटस्फोट ही पद्धत होऊ पाहते आहे. अशा वेळी अशी मंडळं समाजात काही नवं घडवत आहेत ही समाधानाची गोष्ट आहे.

तरुणपणी योग्य वयात जीवनसाथमधे नियमितपणे यायला सुरुवात केली तर फारच छान; पण समजा तसं नाही जमलं तर काय करायचं? ताण आधीच निर्माण झाले असले तर? मला वाटतं 'बेटर लेट दॅन नेव्हर.' मध्यमवयीन, वयस्कर असलं म्हणून काय झालं? दोघांची इच्छा असली तर ताण नक्की कमी करता येतील. घालवताही येतील कारण 'विवाहाचं बिघडलेलं यंत्र कुठच्याही अवस्थेत दुरुस्त करायचा प्रयत्न करता येतो.'

अनिल त्याच्या वैयक्तिक समुपदेशनाच्या कामातही खूप व्यस्त असतो. लोकांना केवढ्या प्रकारचे किती प्रश्न आहेत हे त्यामुळे कळतं. जेवढे करावेत तेवढे प्रयत्न कमीच पडतील इतकी आपल्या समाजाला समुपदेशनाची गरज आहे हे लक्षात येतं.

असं हे जीवनसाथचं काम, वातावरण आणि फलितं! यातला पुढाकार अनिलचा. माझी इतर कामं सांभाळून मी साथीला असते एवढंच. लोक रविवारच्या या कृतिसत्रांची वाट पाहात असतात याचं फार समाधान वाटतं.

आमची मुलं लहान होती तेव्हा आम्ही दोघांनी पालक-शिक्षणाचा अभ्यास केला. बऱ्याच पालकांपर्यंत तो पोहोचवला. ती वाढत असताना मला बालभवनच्या निमित्तानं चांगलं काम करता आलं. ती लग्नाची झाल्यावर अनिलनं विवाह-अभ्यास पुढं नेला. आता आम्हाला तीन छोटी नातवंडं आहेत. लहान मुलांची

काळजी घेण्याची अधिक चांगली सोय समाजात व्हावी यासाठी खूप काही करायचं आहे. त्या त्या वेळी आपल्या समाजातले जे प्रश्न जाणवतात त्यासाठी काम करणं, हे आम्हाला आमचं कर्तव्य वाटतं. इतरांच्या कामाशीही त्यामुळं भरपूर संपर्क असतो. त्या नेटवर्कचा खूप फायदा होतो.

आम्ही दोघं गेली अनेक वर्षं पुण्यातच राहतो. पुण्याचे गुण, दुर्गुण आम्हाला आपोआपच चिकटलेले असणार. अनिलचं सगळं काम जास्तीतजास्त पुण्यातलंच आहे. बरेच संदर्भ महाराष्ट्र, पुणं, कर्वेनगर या भोवतालचे आहेत हे खरं आहे. हे पुस्तक वाचताना तुम्ही जगाच्या कुठच्याही भागात असलात तरी त्यामुळे जागेचे संदर्भ बदलतील. अभ्यासाचे विषय मात्र तेच राहतील.

– शोभा भागवत

विवाह अभ्यास म्हणजे नेमकं काय

•

कौटुंबिक विसंवाद

जीवनसाथ

जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ म्हणजेच जीवनसाथ

अनुक्रम

पुस्तक क्र. 1

●

1

विवाह अभ्यास मंडळ म्हणजे नेमकं काय?

1) या कल्पनेची थोडक्यात ओळख

मी भाषणं करण्याच्या विरुद्ध आहे कारण त्याचा काही उपयोग होत नाही, अशी माझी खात्री झाली आहे. त्यामुळे मी फक्त कार्यशाळाच घेतो. आत्तापर्यंत 500च्या वर ज्या कार्यशाळा घेतल्या त्याविषयी हे लिखाण आहे. यातला प्रत्येक लेख किंवा लेखाचा भाग म्हणजे एक कार्यशाळा आहे असं समजूया. पण त्या विषयाच्या अनेक कार्यशाळांचा गोषवारा इथे आहे. प्रत्यक्षातल्या कार्यशाळा अनौपचारिक आणि प्रश्नोत्तरं पद्धतीच्याच असतात; पण तो मजकूर त्याप्रकारे नाटकातल्या संवादांसारखा लिहायचा म्हणजे तो खूप पानांचा होतो. म्हणून ते मुद्दे सलग पद्धतीनी मांडले आहेत.

कार्यशाळांचा मुख्य सूत्रधार बहुतेक वेळा मी असतो. सूत्रसंचालनासाठी आणखी काही लोक तयार करण्याचं काम चालू आहे. सूत्रधारांनी आधी त्या विषयाचा माझ्याबरोबर अभ्यास करून मुद्दे लिहून तयार ठेवलेले असतात.

अगदी प्रथम माझी या सबंध कामामागची, कार्यशाळेमागची, पुस्तकामागची भूमिका स्पष्ट करतो. ही एक अनेक विषयांची कार्यशाळांची मोठी मालिका चालू आहे अशी कल्पना करून मी हे पुस्तक लिहिलंय. आपण सगळे एका खोलीत समोरासमोर बसलो आहोत आणि प्रत्येक विषयासंबंधी निरनिराळ्या लोकांची निरनिराळी मतं, शंका, गैरसमजुती आपण सगळे ऐकतो आहोत अशी कल्पना केली आहे. जीवनसाथमधला आत्तापर्यंतचा अभ्यास त्याबद्दल काय म्हणतो हे मी सांगतोय, अशी कल्पना मनात धरलीय.

मला कळायला लागल्यापासून गेली 55 वर्षं मी जे आसपासचं जग बघतोय, परदेशात, भारतभरात, महाराष्ट्रात जे अनुभवलंय ते मला आवडलेलं नाही. थोडक्यात, ज्या दिशेनी सबंध जगाचा, भारताचा प्रवास चाललाय ती दिशा मला योग्य वाटलेली नाही. कुठच्यातरी निराळ्या पद्धतीनी विचार केल्याशिवाय, मार्ग शोधल्याशिवाय मला धडगत दिसत नाही. ज्याला सध्याची परिस्थिती पसंत नसेल त्यानी ती परिस्थिती बदलण्यासाठी धडपड करावी, नाहीतर मुकाटपणी सहन करावं. मी मुकाटपणी सहन करणाऱ्यांपैकी नसल्यामुळे मी तशी धडपड केली, आयुष्यभर केली. त्या सगळ्या प्रयत्नांचा सारांश म्हणजे 'जीवनसाथ'. या अभ्यासाची सुरुवात विवाहाच्या अभ्यासानीच झाली. पुढे मात्र ती सबंध आयुष्याच्या अभ्यासाची संस्था बनली.

मी माझ्या आसपास बघितलं तर मला संतुलित लोकं सहज दिसतच नाहीत. उन्मत्त तरी दिसतात किंवा उदास लोक दिसतात. वागणारे मग्रूर तरी असतात किंवा केविलवाणे असतात.

प्रत्येक पर्वातल्या प्रत्येक काळात समाजाला विचार आणि भावना यांच्या समतोलाचीच गरज असते हे सगळ्यांना मान्य असतं. पण पुढे माझ्यासारख्या कोणी म्हटलं की, सध्याचा समाज भावनेच्या बाजूला पार झुकलेला आहे, त्यामुळे या समाजाला विचाराच्या दिशेनी समतोलापर्यंत खेचूया तर ते मात्र मान्य होत नाही. समाज भावनेच्या बाजूला अतिरिक्त प्रमाणात कशामुळे झुकला हे बघायला गेलं तर दोन गोष्टी स्पष्ट दिसतात.

एक म्हणजे प्रत्येक माणूस स्वतःच्या भविष्याची चिंता या एका भावनेमुळे हवालदिल आहे. वरवर बघितलं तर तो गाताना, नाचताना, हसताना दिसेल. पण ते दृश्य फसवं आहे. माणूस आतून घोर काळजीत आहे. त्या चिंतेच्या भावनेच्या ओझ्यामुळे तो झुकलेला आहे.

दुसरं म्हणजे प्रसारमाध्यमांनी सर्वसामान्य माणसाची बुद्धी किंवा विचार करण्याची क्षमता क्षीण केली आणि त्याच वेळेला अतिशयोक्त भावनांचं भडक चित्रण करून त्याला भावनेच्या बाजूला आणखी ढकललं. ही दोन्ही कारणं जरी समजली तरी सत्य ते सत्यच आहे. समतोलापर्यंत त्याला पोहोचवण्यासाठी स्पष्ट विचारांचं बळ त्याला द्यायला हवं आहे. माझी त्याबद्दल खात्री झाली आहे. मला जर वाटलं असतं की, माणूस फार विचारांच्या दिशेनी झुकला आहे तर मी

भावनांच्या दिशेनी त्याला खेचलं असतं कारण शेवटी समतोल हा उद्देश आहे.

या सगळ्या प्रयत्नात दोन मोठ्या अडचणी मात्र आहेत. विचाराच्या दिशेनी खेचणं म्हणजेच विवेकनिष्ठ विचारसरणीमधे खेचणाऱ्याला फार कष्ट आहेत कारण कोट्यवधी लोकांना खेचण्याचा तो लढा आहे.

दुसरी अडचण म्हणजे विवेकनिष्ठ विचाराच्या पुरस्कर्त्याला लोक कोरडा किंवा भावनाहीन, असंवेदनशील समजतात. ते खरं नाही हे त्याला स्वतःला माहिती असतं. पण लोकांची तशी गैरसमजूत, उघड किंवा पाठीमागे टीका सहन करावी लागते. थोडक्यात, या कारणांमुळे हा मार्ग लोकप्रिय होऊ शकत नाही.

मी आता 72 वर्षांचा आहे. शोभा 69ची आहे. हे सगळं पुस्तकात उतरवणं शक्य आहे तोपर्यंत लिहिलेलं बरं असं वाटल्यामुळे मी इथे दोन गोष्टींवर भर देऊन लिहायचं ठरवलं.

1. समाजाचं वैवाहिक आयुष्य, त्याखेरीजचं आयुष्य, त्यातले समाजाचे प्रश्न आणि त्यावर उपाय
2. शोभाच्या आणि माझ्या वैवाहिक सहजीवनाचं चरित्र. सहजीवनाचं चरित्र या शब्दाकडे मला लक्ष वेधायचं आहे कारण हे माझं किंवा शोभाचं व्यक्तिगत चरित्र नाही.

या पुस्तकाबद्दलचा एक निर्णय पक्का केलाय तो असा. व्यवस्थापनशास्त्र, मानसशास्त्र, तत्त्वज्ञान या माझ्या अभ्यासातल्या तीनही विषयांत मूळच्या अभ्यासातच असे अनेक शब्द आहेत की, त्यांचं ओढूनताणून मराठी भाषांतर करण्याच्या फंदात न पडणं चांगलं. काही भाषांतरित शब्द सोपे, काही आधीच प्रचलित असलेले आहेत ते वापरले. बाकीचे खुशाल देवनागरी लिपीत इंग्लिश शब्द वापरायचे असं ठरवलं, कारण हे पुस्तक लोकांनी वाचावं, त्यांना ते सोपं जावं, त्यातल्या गोष्टी त्यांनी अमलात आणाव्यात ही इच्छा आहे. मग समजायला कठीण करून कसं चालेल? याबद्दलचे सोपे-कठीण वगैरेचे निर्णय मीच वाचकांबद्दलच्या माझ्या अंदाजानी घेतले आहेत. त्या माझ्या अंदाजात काही चूक आढळली तर नंतर ती जरूर दुरुस्त करीन.

आणखी एक निर्णय घेतला. हे पुस्तक वाचणाऱ्यांपैकी कॉम्प्युटर वाचणाऱ्यांचं

प्रमाण जास्त असेल असं मला वाटतंय. त्यामुळे जीवनसाथच्या वेबसाईटवरून हे सबंध पुस्तक बघता येईल, छापता येईल अशी व्यवस्था करणार आहे. ज्यांना कागदावर छापलेली अक्षरंच सोयीची वाटतात त्यांच्यासाठी छापील पुस्तकाचीही सोय असणार आहे.

मी स्वतः व्यवस्थापनशास्त्र शिकलेलो असल्यामुळे आणि गेल्या अनेक वर्षांमधे तो विषय शिकवल्यामुळे विषयाचे भाग पाडण्याची मला सवय लागली आहे. वाचणाऱ्यांना ते सोयीचं जाईल याबद्दल माझी खात्री आहे.

एक प्रश्न सगळ्यांना पडेल त्याचं आधीच स्पष्टीकरण करतो. आपलं म्हणणं थोडक्यात मांडावं अशी शिफारस मी अनेक वेळा ठिकठिकाणी केली आहे, तर मग जीवनसाथ म्हणजेच जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ हा विषय समजावून सांगताना एवढी थोरली पानं आणि बारा पुस्तकं कशासाठी लिहिली? याचं उत्तर असं आहे. 18 वर्षं एवढ्या निरनिराळ्या लोकांशी बोलताना एक गोष्ट लक्षात आलेली आहे. कुठच्या शब्दांत कुठच्या पद्धतीनी कुठच्या वेळेला कोणाला मुद्दा समजेल याला कुठचाही नियम नाही. तो संवाद साधण्याची तीव्र इच्छा असल्यामुळे माहिती असलेले सगळे मार्ग वापरायचे, असं मी ठरवलं. त्यामुळे मजकूर वाढला.

किती बारकाव्यात शिरायचं, किती सविस्तर सांगायचं याबद्दल माझा विचार तळ्यात-मळ्यात होता. तो पक्का कशामुळे झाला तो प्रसंग सांगतो. सकाळी चार वाजता नियमितपणी रोज उठून मी हे पुस्तक लिहिण्याचं काम करतोय. मधे व्यायाम, रोजचं आवरणं आणि समुपदेशनाच्या ठरलेल्या वेळा हे सांभाळून, किंचित टी.व्ही. बघून मी रोज रात्री 10 वाजता झोपतो. त्यातला व्यायाम मला रोज 3 ते 4 वेळा करावाच लागतो, नाहीतर माझी कंबर, खांदे, मान दुखायला लागतात आणि ही सगळी कामं, लिखाण शक्यच होत नाही. व्यायामाबद्दलच्या अनुभवामुळे माझा निर्णय झाला. कसा ते सांगतो.

माझ्या डॉक्टरांनी मला जे व्यायाम सांगितले त्याबद्दल माझी जराही तक्रार नाही. ते सोपे आणि उपयोगी व्यायाम आहेत. ते व्यायाम त्यांनी मला रोज 6 वेळा करायला सांगितले होते. माझी अडचण निराळीच होती. पहाटे व्यायाम नक्की जमायचा. माझं 'काउन्सेलिंग शेड्यूल' सुरू झालं की, त्यात मला मधे दिवसा व्यायाम शक्यच व्हायचा नाही. थोडक्यात, पहाटे आणि रात्री दोनदाच

मला व्यायाम जमायचा. अर्थातच तेवढा व्यायाम पुरायचा नाही. शेवटी मान, खांदे, कंबर दुखायचीच. साधारण दोन महिने मी निरनिराळ्या युक्त्या करून बघितल्या. पण त्यांतली एकही युक्ती उपयोगी पडली नाही. त्रास तसाच्या तसाच.

दोन महिन्यांनंतर मी तोच व्यायाम पहाटे आणि रात्री लागोपाठ दोनदा करायला लागलो. म्हणजे त्याची बेरीज झाली चार वेळा व्यायाम. दोन वेळचा प्रश्न उरला. मग मी त्या व्यायामाचे छोटे भाग केले. दिवसभरातल्या वेळापत्रकात जमतील तसे, तेवढ्या मिनिटांत बसतील तसे तुकड्यातुकड्यांत व्यायाम करत गेलो. या पद्धतीनी कधी पाच वेळा तर कधी सहा वेळा व्यायाम व्हायला लागला. माझा प्रश्न सुटला. मला त्यासरशी साक्षात्कार झाला की समुपदेशनार्थींचा प्रश्न, दिनचर्या, स्वभाव, कौटुंबिक प्रश्न, सगळ्या गोष्टी लक्षात घेऊन उपायांचे पर्याय सविस्तरपणी मांडले तरच त्याला त्याचा खरा उपयोग होतो. माझे गेले तसे दोन महिने त्रास सोसत वाया जात नाहीत. त्यामुळे या कार्यशाळेत म्हणजेच या पुस्तकात एकदम बारकाव्यात सविस्तर सांगायचं हा निर्णय एकदम पक्का झाला.

ही कार्यशाळा घेताना, हा मजकूर लिहिताना मला अनेक भूमिकांच्यात शिरावं लागणार आहे. दोन मुख्य भूमिका म्हणजे समुपदेशक आणि ज्येष्ठ अभ्यासू मित्र. पुन्हा या दोन भूमिकांमधून बोललेल्या, लिहिलेल्या मजकुराची सरमिसळ होणार हेही निश्चित आहे. कधी मित्र म्हणून गमतीगमतीत एखादी गोष्ट सांगितलेली असेल, तर कधी माझा समुपदेशनातला गंभीर अभ्यास त्यात डोकावेल.

समुपदेशन या सबंध विषयाविषयी खूप गैरसमजुती आहेत. वेड लागलेल्या माणसाला वेड्यांच्या हॉस्पिटलमधे ठेवतात ही गोष्ट सगळ्या भारतीयांच्या मनावर थेट कोरलेली आहे. समुपदेशकाकडे देखील वेड लागलेली माणसंच जातात असा त्यांचा विश्वास असतो. त्यामुळे समुपदेशकाकडे जायचा विषय निघाला की, ‘वेड लागलंय का?’ हा प्रश्न लोकांच्या मनात असतो. ज्याला समुपदेशन म्हणजे काय हे समजलं त्याचा बरोब्बर उलटा प्रश्न असतो, ‘इतका त्रास होतोय तरी अजून तू समुपदेशकाकडे गेला नाहीस? असा वेडेपणा करू नकोस.’

समुपदेशन या विषयाच्या अंतरंगाच्या पसाऱ्याची लोकांना कल्पना नसते. जीवनसाथमधे 60 विषयांची यादी आम्ही वापरतो. त्यांच्यापैकी विषय निवडण्याचं काम सभासदच करतात आणि दर महिन्याच्या पहिल्या रविवारी एक एक विषय गटचर्चेसाठी ठेवतात. लोकांना पडलेला प्रश्न असा असतो की, आयुष्यात

एवढ्या साठ विषयांचा संबंध खरोखर येतो का? माझ्या दृष्टीनी हो. माझ्या 72 वर्षांत माझा तर त्यातल्या प्रत्येक विषयाचा संबंध आला बाबा!

आणखी एक प्रश्न अनेकांच्या मनात असतो. प्रत्येक व्यक्तीचा स्वभाव निराळा असतो. प्रत्येकाचा प्रश्न स्वतंत्र आणि खासच असतो. घडणाऱ्या घटनाही निराळ्याच आणि खास असतात. चांगल्या घटना आणि वाईट घटना दोन्ही त्या त्या व्यक्तीलाच फक्त तपशीलातल्या बारकाव्यासकट माहीत असू शकतात. मग निराळीच कुठचीतरी त्रयस्थ व्यक्ती तो प्रश्न कसा सोडवू शकेल? याचं खरं उत्तर असं आहे की, जगाची लोकसंख्या कितीही असली तरी व्यक्तिमत्त्वाचे प्रकार मोजकेच असतात. चांगल्या आणि वाईट घटनांचेही मोजकेच प्रकार असतात. समस्यांचंही तसंच असतं. व्यक्तिमत्त्वाचे, घटनांचे आणि समस्यांचे या तीन गोष्टींच्या प्रकारांची सांगड कशी घालायची हे समुपदेशकाला माहिती असतं. तेवढी दिशा त्यांनी दाखवली की, प्रश्न सुटण्याच्या दिशेनी एक एक पाऊल पडायला लागतं. समुपदेशनार्थींनी अभ्यास मात्र मनापासून करावा लागतो. अगदी कॉलेजमधे असताना जसा विषय, त्यातले मुद्दे, त्यांचा क्रम, त्यांची प्रश्नोत्तरं, त्यांबद्दल चर्चा, पडताळणी, लिखाण असतं तसं सगळं करावं लागतं.

मी व्यवस्थापनशास्त्र अमेरिकेत शिकलो ते बांधकामापुरतं. त्या ज्ञानाचं भारतीयीकरण केल्याशिवाय त्याचा इथे उपयोग नाही, हे मला पदोपदी जाणवलं. तेवढं केल्यावर मात्र व्यवसायात त्याचा खूप फायदा झाला. माझ्या आणि शोभाच्या वैवाहिक आयुष्यासाठी, कुटुंबासाठी उपयोगी असं त्यात फारसं नव्हतं. ते कसं शोधायचं याबद्दल माझ्या सुप्त मनात सतत विचार चालू होता. मी त्या माझ्या प्रयत्नांना 'रिलेशन्स मॅनेजमेंट' असं म्हणायचो. या नावाची काही लोक टिंगल करायचे. ते म्हणायचे, 'जी रिलेशन्स मॅनेज करावी लागतात त्यांच्यात अर्थच काय?' खरं असंय, मला शोभाशी बोलताना देखील कुठच्या शब्दांत, केव्हा, कसं याचा विचार करावा लागतो. ती 'मॅनेजमेंट'च आहे आणि त्यात वाईट काहीच नाही. तिलाही माझ्याशी वागताना हेच करावं लागतं.

पुढे अनेक वर्षांनी वैवाहिक समुपदेशन या विषयात पीएच.डी. करायची ठरवून मी मानसशास्त्राच्या मार्गानी गेलो. मानसशास्त्रामधे समोर आलेली 'थिअरी' प्रचंड होती. काही गोष्टींचा खोलवर अभ्यास आणि बाकीच्यांचा तुलनेनी वरवर अभ्यास असं ठरवावंच लागलं. मी पूर्वी शिकलेल्या व्यवस्थापनशास्त्रातल्या

अनेक मुद्द्यांचा निराळा अर्थ मला दिसायला लागला. त्यामुळे पीएच.डी. 'थीसिस' लिहिताना मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र या दोन्हींचा उपयोग विवाहानंतरच्या आयुष्याला कसा करता येईल याच्या मागे मी लागलो. त्यावेळेला सारखं मनात यायला लागलं की, सगळ्या शास्त्रांच्या, ज्ञानाच्या मुळाशी तत्त्वज्ञान आहे. त्यामुळे तत्त्वज्ञानाचा अभ्यास केला पाहिजे. थीसिसमधे ते शक्य नव्हतं. कारण ठरलेल्या वेळेत आणि पृष्ठसंख्येत ते बसलं नसतं. त्या थीसिसमधे मी माझ्या स्वतःच्या काही कल्पना मांडल्या. गंमत म्हणजे त्यावर जो रिपोर्ट लिहून आला त्यात संशोधन करणाऱ्यानी स्वतःची कल्पना मांडली त्याबद्दल टीका केली होती. स्वतःचं डोकं चालवणं याला 'ॲकॅडमिशियन्स'च्या जगात वाईट समजतात हे मला त्यावेळी थप्पड खाल्ल्यासारखं कळलं. मी तर 'सेल्फ मेड' आणि 'अप्लाइड' प्रकारचा माणूस आहे. मी त्याला मान झुकवली नाही. माझ्या दृष्टिकोनातून आत्तापर्यंत थोर लेखकांनी, संशोधकांनी म्हटलं तेच मानत राहणं, बोलत, शिकवत राहणं, यापेक्षा स्वतःचा विचार मांडणं जास्त चांगलं आहे.

त्यामुळे मी साधारण सहा-सात वर्षांपूर्वी 'विवाहाचं तत्त्वज्ञान' या विषयाच्या मागे लागलो. मला हवं ते कुठे सापडेना. तत्त्वज्ञानाच्या प्राध्यापकांशी बोललो. 'वैवाहिक आयुष्याचं तत्त्वज्ञान' असा स्वतंत्र अभ्यास झालेला नाही असं कळलं. मग मीच त्या गोष्टी वाचून, माझ्या पद्धतीनी मांडायच्या ठरवल्या. मी 'हार्डकोअर फिलॉसॉफी शिकवणारा ॲकॅडेमिशियन' नसल्यामुळे मी जे या पुस्तकात मांडलंय ते तत्त्वज्ञानातल्या विद्वान, अनुभवी लोकांच्या दृष्टिकोनातून अर्धवट आणि निराळंच किंवा विक्षिप्त असू शकेल; पण आता मी थांबायला तयार नाही. मी मांडतो ते उपयोगी आहे याबद्दल मला शंका नाही, कारण मी ते अनेक वेळा बोलून, मांडून बघितलंय आणि तरी मी यामधे कुठच्याही दुरुस्तीला तयार आहे ना! मी स्वतः कुठे कमी पडतो याचा माझा शोध अखंड चालूच आहे. तेव्हाच तर माझ्या वागणुकीत दुरुस्ती होईल. या पुस्तकात मी कसा कसा बदलत गेलो त्याचीच कहाणी आहे म्हटलं तरी चालेल.

स्वतःला स्वतःबद्दल नीट कळणं ही फार महत्त्वाची गोष्ट आहे. कारण स्वतःच्या शोधाची प्रक्रिया समजली की, इतरांना समजणंही सोपं जातं. ते जमलं की बऱ्याच बाबतींतले छुपे/उघड संघर्ष संपतात, निदान कमी होतात आणि शेवटी माणूस मनःशांतीपर्यंत पोहोचण्याची शक्यता हळूहळू वाढत जाते.

प्रत्यक्ष अनुभवानंतर माझी खात्री झालीय की, लोकांना समजणं हाच काहीही समजावून सांगण्याचा मुख्य उद्देश आहे. तीच सांगणाऱ्याची खरी परीक्षादेखील आहे. त्या दोन्हींच्या वापराचं म्हणजे थिअरी आणि प्रॅक्टिसविषयी बोलण्याचं माझ्या दृष्टीनी प्रमाण थिअरी एक वाक्य, तर प्रॅक्टिसविषयी 100 वाक्यं असं आहे.

मला वाटणारी अगदी मुळातली गोष्ट प्रथम सांगतो. शब्दशः काहीही म्हणजे अगदी काहीही कोणीही करत असलं, तरी त्याचा हेतू दोन शब्दांत वर्णन करता येतो. 'समाधान मिळवण्यासाठी'. इतरांच्या दृष्टीनी ते कृत्य चांगलं, वाईट, 'ग्रेट' कसंही असो, तो माणूस ती गोष्ट स्वतः समाधान मिळवण्यासाठीच करत असतो. लहानपणीचा स्वतःचा खेळ, अभ्यास, धांगडधिंगाही स्वतःला आनंद मिळवण्यासाठीच असतो आणि तरुणांचे वात्रट चाळे, प्रेमप्रकरणं, चांगल्या शिक्षणासाठी केलेली धडपड, करिअरसाठी केलेले प्रयत्नही स्वतःला आनंद मिळवण्यासाठीच असतात. आई-वडलांवर असलेलं प्रेम, आदर, भांडणंही त्यासाठीच आणि अधिक पुढच्या वयातला लग्नाबद्दलचा निर्णयही स्वतःच्या समाधानासाठीच असतो. लग्न न करण्याचा निर्णय असो, अमुक एका व्यक्तीशी लग्न करण्याची कृती असो, शेवटी हेतू एकच. स्वतःच्या मनाविरुद्ध आईवडलांचं मन सांभाळण्याचा निर्णयही शेवटी त्यांचं मन सांभाळण्यामुळे स्वतःला मिळणाऱ्या समाधानासाठीच असतो. समाजासाठी निरपेक्षपणी काहीतरी करू हाही निर्णय स्वतःच्या समाधानासाठीच असतो. इतरांचा फायदा हे त्याचं 'बाय प्रॉडक्ट' असतं.

थोडक्यात, हा सगळा माझा प्रयत्न समाजाच्या जगण्याचा दर्जा सुधारण्यासाठी म्हणजेच 'क्वालिटी लाईफ'साठी आहे. जीवनसाथचं सगळं काम 'प्रिव्हेंटिव्ह' काउन्सेलिंगवर भर देणारं आहे. पण आपल्या समाजात 'क्युरेटिव्ह' कामच जास्त लोकप्रिय आहे आणि मानसिक अस्वास्थ्याच्या बाबतीत काहीच न करता नुसतं सोसणं त्याहून लोकप्रिय आहे. त्याच्याहीपेक्षा वरच्या नंबरवर लोकप्रियतेच्या शिखरावर जोडीदाराला किंवा मुलांना छळणं आहे. त्याबद्दलचं हे प्रबोधनाचं काम आहे.

लोकांचे अनेक प्रश्न असतात. त्या प्रश्नाचं मूळ शोधायला गेलं तर त्याची मुळं त्यांच्या लहानपणाच्या वाढीत सापडतात. लहानपणी त्यांची वाढ चुकीच्या पद्धतीनी झालेली असते. म्हणजेच पालकांची वागण्यात चूक झालेली असते. त्या

पालकांच्या वागण्यातल्या चुकीची कारणं शोधली तर ती त्यांच्या सह-जीवनात सापडतात.

माझा दृष्टिकोन कायम विवेकनिष्ठ बुद्धिवाद्याचा आहे. बुद्धी शब्दावरून आमच्याकडे नेहमी गंमत चालते. मी कुठलाच धर्म मानत नाही, हे सगळ्या जीवनसाथींना माहिती आहे. माझ्या विवेकवादाला ते 'बुद्धिझम' म्हणतात. तो गमतीचा भाग तात्पुरता सोडला तरी एक गोष्ट नक्की. विवेकनिष्ठ विचारांनी सहजीवनाकडे बघता आलं तरच उपाय सापडेल. म्हणून सहजीवनाबद्दल काहीतरी करता येतं का बघूया. त्यासाठी या पुस्तकसंचाचा महाप्रपंच.

महत्त्वाची गोष्ट अशी आहे की, माणसाला कुठचाही प्रश्न असो, त्यावरच्या उपायाला सुरुवात झाली किंवा केली तरी स्वस्थ वाटतं.

●

2) विवाहाचा तत्त्वज्ञानाशी संबंध

अज्ञाताची भीती आणि असुरक्षितता हे मानवी जीवनातले अत्यंत प्रखर आणि परिणामकारक असे घटक आहेत. अज्ञाताची भीती असं म्हणत असताना त्याचे दोन अर्थ होऊ शकतात. दृश्य जगताच्या पलीकडे काय आहे, चंद्र, सूर्य यांच्यापलीकडचं विश्व कोणतं; मरणानंतर माणूस कुठे जातो, त्याचं काय होतं; हे जाणून घेण्याची उत्सुकता हा एक अर्थ. त्याचा बरेचदा दूरवरच्या जगाशी आणि मानवी जीवनानंतरच्या अस्तित्वाशी संबंध असतो. सध्याच्या जगाचा विचार केला, तर असं आढळून येतं की, माणूस जीवन जगत असताना माझं पुढे काय होईल, मला कसं यश मिळेल, माझ्या मुलांची कशी प्रगती होईल, त्यांचा संसार कसा सुखाचा होईल याचा सतत किंवा अधूनमधून विचार करत असतो. काहीतरी निश्चित होईपर्यंत त्याचं मन स्थिर नसतं. कारण पुढे काय होणार याचीच खात्री नसते. एक प्रकारची अज्ञात भीती असते. त्याचा अर्थ उलगडण्याकरता आयुष्यभर माणूस सतत धडपडत असतो. मानवाला हवं असलेलं नेहमी मिळालं आणि सतत त्याच्या मनासारखं होत राहिलं तर त्याला भीती आणि असुरक्षितता वाटणार नाही. पण आदिमानवापासून आजपर्यंत असं कधीच घडलं नाही. भीती आणि असुरक्षिततेचं स्पष्टीकरण बदललं, त्यातला आशय बदलला, पण दोन्ही घटक अनादिकालापासून आजतागायत माणसाला सतत जाणवत आहेत.

'अज्ञाताची भीती' ही कल्पना आणखी स्पष्ट करण्यासाठी एक अगदी सोपं उदाहरण म्हणजे अंधार आणि प्रकाश. अंधारात आपल्याला काही दिसत नाही त्यामुळे काही माहिती नसते. मनात अंधार आणि अज्ञात यांची जोडी तयार होते. थोडक्यात, अंधार = अज्ञात = भीती हे एक समीकरण डोक्यात बसतं. त्याचबरोबर प्रकाश = ज्ञात = निर्भयता हेही समीकरण पक्कं होतं. दिसलं, कळलं, समजलं की आपण स्वस्थ होतो.

हे 'समजणं' यासाठी संपूर्ण जीवनसाथचं काम उभं केलेलं आहे. त्याची विषयांच्यातली विभागणी, मांडण्याच्या अनेक पद्धती, सगळंच 'समजणं' या गोष्टीसाठी आहे. आपला अभ्यास विवाहपूर्व आणि वैवाहिक आयुष्याचा आहे.

एका महत्त्वाच्या विषयाचा विवाहाशी फार जवळचा संबंध आहे. प्रत्येक

व्यक्तीनी प्रथम स्वतःचा जीव सांभाळावा लागतो म्हणजेच स्वार्थ सांभाळावा लागतो. त्यानंतरच तिला दुसऱ्याबद्दल विचार करता येतो. थोडक्यात स्वार्थ हे एक तत्त्व आहे आणि इतरांचा विचार म्हणजेच परार्थ हे दुसरं तत्त्व आहे. या दोन्हींचा समतोल साधता येणं म्हणजे वैवाहिक जीवन आहे. दोन स्वार्थी माणसांचा विवाह समाधानी होणं अशक्य आहे.

एखाद्या साथीचा रोग वाढला की, सरकारतर्फे प्रतिबंधक उपाय, रोगाची लागण झाल्यावरचे उपाय, सगळंच करावं लागतं. काही गोष्टींसाठी सक्तीही करावी लागते. डेंग्यूचं प्रमाण वाढलं, तेव्हा साठलेलं पाणी आढळलं की दंड, सरकारतर्फे मोफत इलाज अशा सगळ्या गोष्टी कराव्या लागल्या होत्या. समाजातली बिनसलेल्या, असमाधानी विवाहांची परिस्थिती एखाद्या साथीच्या रोगापेक्षा कमी गंभीर नाही. विवाह अभ्यास सक्तीचा करण्याइतकी बिकट परिस्थिती आलेलीच आहे.

गेल्या 18 वर्षांच्या माझ्या अभ्यासातून एक निष्कर्ष मला दिसतो आहे. भांडणांच्या कारणांचे एकूण तीन गट होतात.

1. नातेसंबंधांची समज कमी पडल्यामुळे होणारी भांडणं.
2. पैशाविषयीच्या असमाधानामुळे होणारी भांडणं.
3. जोडीदारानी किंवा दुसऱ्या कोणीतरी आत्मसन्मान दुखावल्यामुळे होणारी भांडणं.

लोकांची भांडणं यांपैकीच कुठच्यातरी कारणामुळे झालेली असतात. त्यातही आत्मसन्मानावरून झालेली भांडणं सर्वांत जास्त असतात. त्याखालोखाल नातेसंबंधांवरून आणि त्यानंतर शेवटचा नंबर पैशावरून भांडणांचा असतो. या तीनही प्रकारांच्या वैमनस्याचं एकूण प्रमाणच खूप असल्यामुळे अभ्यास करणाऱ्यालाच यांचा क्रम लावता येतो.

ज्या जोडप्यांचं एकमेकांशी जमत नाही त्यांना हा अभ्यास नक्की उपयोगी आहे. ज्यांचं मध्यम जमतं त्यांचे संबंध अभ्यासानी सुधारतील. ज्यांचं एकमेकांशी चांगलं जमतं ते या पुस्तकाच्या आधारानी इतरांना उपयोगी चार गोष्टी सांगू शकतील.

कुठच्याही दोन व्यक्तींचं जुळायचं तर मध्य शोधावा लागतो. योगायोगानी काही गोष्टींबद्दलची मतं, आवडनिवड, सवयी सारख्या असणं शक्य आहे, पण उरलेल्यांचा मध्य नाही काढला तर दोघांपैकी एकावर अन्याय होणारच असतो. अशा वैवाहिक, कौटुंबिक आणि सामाजिक मतभेदांचे 60 विषय जीवनसाथ

विवाह अभ्यास मंडळात गटचर्चेला असतात. त्यामधे अविवाहित आणि विवाहित, तरुण आणि वयस्कर, सगळे एकत्र असतात. हे वधू-वर सूचक मंडळ नसल्यामुळे अभ्यास हाच उद्देश असतो. 60 विषयांच्यामधले विषय जमलेल्यांच्या मर्जीप्रमाणे निवडले जातात. त्याचं वेळापत्रक बनतं. दुसऱ्याची भूमिका निराळी असली तरी नेमकी का आणि कशी हे कळलं तर मतभेदामधला विखार निघून जातो आणि मग मतभेददेखील मान्य करणं सोपं जातं. मार्ग निघतो, मध्य काढता येतो. काही भूमिकाच नाही असं कोणी म्हणत असलं तर बहुतेक वेळेला विचार करण्याचे कष्ट त्या व्यक्तींनी घेतलेले नसतात. विचार न करण्याबद्दल जीवनसाथचा आक्षेप आहे. त्यासाठी अभ्यास-मंडळात मदत करण्याचं काम चालतं.

तत्त्वज्ञानातलं एक गमतीशीर वाक्य आहे. मानसशास्त्रात, समाजशास्त्रात, व्यवस्थापनशास्त्रातही हेच निरनिराळ्या शब्दांत सांगितलं आहे. ते वाक्य असं, 'संधी तुमचं दार ठोठावते. काही लोक त्या आवाजाला संकट मानून दार बंदच ठेवतात. काही लोक दार वेळेवर उघडून त्या संधीचा लाभ घेतात.' मी संधीचा लाभ घेणारा आहे. तुम्ही कुठच्या प्रकारचे आहात ते तुम्हाला ठरवायला मी मदत करणारा आहे.

●

3) वैवाहिक आयुष्यासाठीची काही महत्त्वाची तत्त्वं

आणखीन काही महत्त्वाची तत्त्वं वैवाहिक जीवनात सतत लक्षात ठेवली पाहिजेत.

1. निराळं म्हणजे वाईट नाही.
2. मतभेद म्हणजे भांडण नाही.
3. कोणालाही मूर्ख म्हणण्याचा अधिकार आपल्याला नसतो.

यांचा उल्लेख मी अनेकदा करतो, याची मला कल्पना आहे, नंतरही यांचा उल्लेख होईल. प्रत्येक घटनेबद्दलचे अनेक विचार, त्याचे तपशील माहिती असण्यानी फायदाच होतो. विरोधी मत समोर येण्यानीच आपली खरी परीक्षा होते. सबंध जगात कितीही लोकसंख्या असली तरी स्वभावाचे मोजकेच प्रकार असतात. कुठच्याही प्रश्नाच्या उत्तराचे अनेक पर्याय असतात. मानसिक, शारीरिक शक्तीमधे माणसामाणसात फरक असतो. एखाद्याशी आपलं जुळण्यासाठी सगळे प्रयत्न करून झाले आणि तरी जुळत नाही अशी खात्री झाली तर कोणाशीही असलेले संबंध तोडता येतात हेही तेवढंच खरं. हे सगळं जोडीदाराच्या बाबतीत घडू शकेल किंवा जोडीदाराच्या नातेवाईकांच्या बाबतीत घडू शकेल. त्यासाठी सर्वांत चांगली युक्ती म्हणजे मतभेदाचा विषय सामाजिक अभ्यासाच्या पातळीवर न्यायचा. थोडक्यात, आपल्यासारख्या परिस्थितीत इतर लोकांचं नेमकं काय होतं याचा अभ्यास करायला घ्यायचा आणि सतत म्हणजे सतत लक्षात ठेवण्याचं तत्त्व असं की, जो नियम आपल्यासाठी तोच नियम दुसऱ्यासाठी. 'डबल स्टँडर्ड्स्' ही अतिशय चुकीची वागणूक आहे. हे तत्त्व नीट कळलं तर आयुष्य सोपं होतं.

जोडीदाराशी वागताना काही फार महत्त्वाच्या गोष्टी स्पष्ट झालेल्या फार बऱ्या असतात. नवरा आणि बायको या दोघांनीही चांगलं जगण्यासाठी एकमेकांची स्वेच्छेनी निवड करून लग्न केलेलं असतं. त्यामुळे वागण्याची काही तत्त्वं त्या चांगलं जगण्यासाठी महत्त्वाची आहेत. एकमेकांना वाईट वाटू शकेल अशा काहीतरी घटना आयुष्यात घडणारच, पण त्या मुद्दामहून केलेल्या असणं शक्य नाही, याची खात्री बाळगावी.

वर सांगितलेल्या तत्त्वांबद्दल स्वतःची वागणूक कशी आहे, हे ज्यानी

त्यानी तपासून बघावं. याचा पालक-शिक्षणाशी संबंध आहे, संपूर्ण वैवाहिक आयुष्याशी आहे, म्हातारपणाशी आहे, खरं म्हणजे संपूर्ण आयुष्याशी आहे. लहान मुलांनी स्वतःचा निर्णय स्वतः घ्यावा हे तत्त्व पालक म्हणून आपल्याला पटलं असलं तर आपण त्याला पूरक वागलं पाहिजे. लहान मुलांच्या पोषणाची जबाबदारी आपल्यावर आहे हे मान्यच आहे; पण त्यांच्या विचारशक्तीवर आपलं नियंत्रण कसं असेल? अगदी नुकत्याच जन्मलेल्या तान्ह्या बाळाचा सुद्धा अपमान करण्याचा आपल्याला अधिकार नाही. त्याचबरोबर शिशु वयातल्या मुलाचाही नाही, मोठ्या मुलांचा तर नाहीच नाही. तसंच बायकोचा अपमान करण्याचा अधिकार आपल्याला नाही, म्हाताऱ्या माणसाचा नाही, गरीबाचा नाही, घरात काम करणाऱ्या कष्टकऱ्यांचा अपमान करण्याचा अधिकार नाही, एवढंच काय; रस्त्यावरच्या भिकाऱ्याचा सुद्धा अपमान करण्याचा आपल्याला अधिकार नाही. भीक न देण्याचा अधिकार आहे. कोणाशीही असलेला मतभेद व्यक्त करण्याचा अधिकार आहे, पण अपमान करण्याचा नाही.

हे सगळं मी विवाह अभ्यास मंडळाच्या संदर्भात मुद्दामहून सांगतो आहे, कारण ही मूलतत्त्वं आहेत. ती कळणं म्हणजे तत्त्वज्ञान आहे. त्याविषयी अधिक विचार करणं म्हणजे तत्त्वचिंतन आहे आणि प्रत्यक्ष अंमलबजावणी करणं म्हणजे तात्विक आचरण आहे. मला खात्री आहे की, ही तत्त्वं चुकीची आहेत, असं म्हणणारं कुणीही भेटणार नाही. आचरणात आणणाऱ्यांची संख्या मात्र अतिशय कमी आहे आणि आचरणच सर्वांत महत्त्वाचं आहे.

खरं सांगायचं म्हणजे आपल्या दृष्टीनी एखादी व्यक्ती मूर्ख असली, बुद्दू असली तरी तसं म्हणता येत नाही. 'आपला याबाबतीत मतभेद आहे', 'तुमची ही गैरसमजूत आहे', असंच काहीतरी बोलणं ही त्याची मर्यादा आहे. दुसऱ्याला मूर्ख म्हणणं, मंदबुद्धी म्हणणं हे तत्त्व म्हणून मान्य केलं तर दुसऱ्या एखाद्या खूप हुशार माणसानी मला मूर्ख, मंदबुद्धी म्हटलं तरी ते त्याच तत्त्वात बसणार आहे, याची सतत जाणीव ठेवावी.

सबंध आयुष्यभर प्रत्येक माणूस स्वतःच्या मनाप्रमाणे वागत असतो हे सत्य मान्य करून त्याला दुसऱ्याचं मन सांभाळण्याची कसरत अखंड करावी लागते. खरं म्हणजे लग्न करायचं ठरवलं का नाही यावर ते अवलंबूनच नाही. अविवाहित माणसाला देखील दुसऱ्याचं मन सांभाळत स्वतःच्या मनाप्रमाणे वागणं हीच कसरत करायची असते. विवाहित माणसाच्या आयुष्यात फरक

एवढाच होतो की, एकच एक व्यक्ती आणि खूप जास्त सहवास. पण मूळ कसरतीचं वर्णन तेच. हे करत असताना प्रत्येकाच्या दोन याद्या तयार होतात. एक यादी अमुक गोष्टी मी करणारच याची आणि दुसरी यादी तमुक गोष्टी मी कधीही करणार नाही याची. तरी स्वतःचं आणि दुसऱ्याचं मन सांभाळावं लागतंच. हे सगळं सांभाळणं म्हणजे वैवाहिक आयुष्य आहे.

हा मुद्दा नीट समजावा म्हणून दोन उदाहरणं देतो, दोन्ही उदाहरणांतलं सूत्र एकच आहे. चांगलं-वाईट, योग्य-अयोग्य हे मूल्य आहे. चांगल्या मूल्यांच्या बाबतीत 'हे मी करणारच' असं म्हणणं हवं आणि वाईट, दुसऱ्याला अपाय करणाऱ्या, दुसऱ्यावर अन्याय करण्याच्या बाबतीत 'हे मी कधीही करणार नाही', अशी भूमिका हवी.

एक मुलगी लग्न होऊन परदेशी गेली. तिच्या भारतीय वंशाच्या नवऱ्याच्या डोक्यात लग्नानंतर घरचं अन्न खाण्याची स्वप्नं होती. ती मुलगी याउलट 'मी कधीही स्वयंपाक करणार नाही, कारण मला स्वयंपाक येत नाही आणि मला त्याची आवडही नाही', असं म्हणायला लागली. या दोघांनी अभ्यासपूर्ण चर्चा करून त्याचा मध्य शोधण्याखेरीज काहीच इलाज नाही.

एक उत्तर प्रदेशात स्थायिक झालेला मराठी भाषिक नवरा आणि अगदी थेट सदाशिव पेठी पुणेकर मुलगी यांचा संसार साहजिकच मुलाच्या गावी चालू झाला. मुलाला रोज संध्याकाळी कामावरून सुटल्यावर मित्रांच्या कंपूत गप्पा मारत थांबण्याची आणि एकदम उशिरा रात्री थेट जेवायला येण्याची सवय होती. लग्न झाल्यावर बायको बिचारी घरी वाट पाहात बसायची. बायकोनी तऱ्हेतऱ्हेनी सांगून पाहिलं; पण तो मात्र 'मी रोज मित्रांबरोबर जाणारच,' असं म्हणत राहिला. खरं म्हणजे 'मी बायकोचे हाल करणारच', असं म्हणण्यासारखंच आहे ते. त्या मुलानी या दोन कल्पनांचा मध्य काढल्याशिवाय मार्गच निघू शकणार नाही.

लग्नानंतर जोडीदाराशी कसं वागायचं याचं साधं तत्त्व म्हणजे परक्यासारखं वागायचं. परक्यासारखं वागणं याचा अर्थ नवरा-बायकोनी एकमेकांना गृहीत न धरणं. एकमेकांची ओळख वाढल्यानंतर किंचित गृहीत धरलं तर कदाचित चालू शकेल. त्याच्या पुढची पायरी म्हणजे आपुलकीनी पण थोडं जास्त गृहीत धरणं आणि एखादी गोष्ट हक्कानी करण्यापर्यंत पोहोचायला नवरा-बायकोच्या नात्यातही 10-15 वर्षं लागतात. तेही सगळं सुरळीत असलं तर आणि काही अपघात झाले नाहीत तर. सर्वसाधारण माणसांचं जे होतं तेच आपलं होईल, असं धरून

चालणं हे त्यातलं मूलतत्त्व. समजा, आपण अपवाद निघालो आणि आपली कमी वर्षांत जोडीदाराशी जवळीक झाली तर छानच. पण घाईघाईनी लग्न झाल्याझाल्या फार जवळिकीचा आणि हक्क प्रस्थापित करण्याचा प्रयत्न केला तर संबंध बिघडण्याची शक्यता जास्त असते.

नवरा-बायकोनी एकमेकांशी प्रगल्भतेनी वागण्याची अपेक्षा आहे. प्रगल्भतेची एक व्याख्या सांगतो, 'दुसऱ्यावर जो माणूस कमीतकमी अवलंबून असतो तो प्रगल्भ.' विचार करण्याजोगं आहे हे. याचा अर्थ असा की, प्रगल्भ किंवा परिपक्व माणसाला स्वालंबनाचं मूल्य नीट कळलेलं असतं, त्याचं तो कसोशीनी आचरण करतो.

●

1. *निराळं म्हणजे वाईट नाही.*
2. *मतभेद म्हणजे भांडण नाही.*
3. *कोणालाही मूर्ख म्हणण्याचा अधिकार आपल्याला नसतो.*

4) रोजच्या आयुष्यातली साधी तत्त्वं

रोजच्या आयुष्यामधे थोडे मतभेद असले आणि त्यांची हाताळणी कशी करायची याची समज असली की, पुढे खूप फायदे असतात. मुख्य म्हणजे 'मतभेद म्हणजे भांडण नव्हे', हे नीट कळायला लागतं. मतभेदाच्या विषयावर अधिक विचार, अभ्यास करून त्याविषयी पुन्हा काही दिवसांनी बोलता येतं हे कळलं की मोठी भांडणं टळतात. हे न कळल्यामुळे अनेक जोडपी छोट्या छोट्या विषयांत इतकी भांडतात की, त्यांची सगळी शक्ती त्यातच संपून जाते. खऱ्या महत्त्वाच्या प्रश्नांवर लक्ष द्यायला त्यांच्याकडे शक्ती शिल्लकच नसते आणि वेळही नसतो. छोटे छोटे मतभेद जेव्हा सुटतात तेव्हा खूप आनंद मिळतो. जेव्हा कोणी सांगतं की, भांडणं चांगली असतात, ती जरूर व्हावीत, तेव्हा त्याचा अर्थ असा असतो की, ती भांडणं सुटण्याच्या आनंदासाठी आधी ती व्हायला हवीत.

प्रत्येक माणसाच्या व्यक्तिमत्त्वाचा निराळा प्रकार असतो. तो मुळापासून बदलता येत नाही. नातेसंबंधातली हीच तर खुबी सर्वात कठीण आहे. एका माणसानी दुसऱ्याला बदलण्याचा प्रयत्न करणं म्हणजे नातेसंघर्षाला सुरुवात. ते नातं नवरा-बायको, पालक-मुलं, भावंडं, मित्र, सहकारी कुठलंही असो. जेव्हा माणूस स्वतः बदलायचं ठरवतो तेव्हाच तो बदलतो. इतरांनी बदलावं अशी आपली खूप इच्छा असते, पण ते घडवून कसं आणायचं हा सबंध जगापुढचा प्रश्न आहे. असा प्रश्न सोडवणाऱ्याला 'मोटिव्हेशन कन्सल्टंट' म्हणतात. एखादा मुद्दा पूर्ण पटला की, मगच त्याची अंमलबजावणी होते. लोकांच्या बदलाचा वेगही कमी-जास्त असतो. वैवाहिक आयुष्यात नवरा-बायको दोघांनाही ही महत्त्वाची गोष्ट समजली नाही की रोज संघर्षनाट्य ठेवलेलंच आहे समजा. जीवनसाथ अभ्यास मंडळात या अगदी मुळातल्या मुळाचा मुद्दाही वादविवादानी रंगतो. हा मुद्दा समजायला कठीण असला तरी तो शेवटी बराच विचार केल्यावर समजतो आणि बहुतेकांना पटतोही.

जोडीदाराची निवड, पुढे विवाहाच्या बंधनात अडकणं, मुलं होणं, मुलं मोठी होणं, आई-वडील, भावंडं, त्यांच्याबरोबरचा प्रेमाचा, आपुलकीचा सहवास हा फार मोठ्या आनंदाचा ठेवा आहे यात शंकाच नाही. खरं सांगायचं म्हणजे

संपूर्ण आयुष्याच्या चित्रपटातले सगळे भाग पुन्हा तपासले तरी हेच आढळतं. काम, व्यवसायातलं यश, समाजप्रतिष्ठा या सगळ्यांपेक्षाही कुटुंबाबरोबरचा घालवलेला आनंदातला वेळ हा सर्वांत मूल्यवान असतो. बहुतेकांचं या विधानाबद्दल एकमत असतं. पण आनंद किंवा कुठच्याही भावनेचं असं मोजमाप करणं या कल्पनेला विरोध असणाऱ्यांना हे पटणार नाही. कदाचित 'मेजरमेंट ऑफ थॉट्स अँड इमोशन्स' असं काही मानसशास्त्र या विषयात शोधून काढलेलं आहे हे त्यांना माहीत नसेल.

●

मतभेदाच्या विषयावर अधिक विचार, अभ्यास करून त्याविषयी पुन्हा काही दिवसांनी बोलता येतं हे कळलं की मोठी भांडणं टळतात. हे न कळल्यामुळे अनेक जोडपी छोट्या छोट्या विषयांत इतकी भांडतात की, त्यांची सगळी शक्ती त्यातच संपून जाते. खऱ्या महत्त्वाच्या प्रश्नांवर लक्ष द्यायला त्यांच्याकडे शक्ती शिल्लकच नसते आणि वेळही नसतो.

5) भावनांविषयीचा अभ्यास

आता तत्त्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि काही निवडक भावनांचा संबंध बघूया.

तत्त्वज्ञानातून जन्म घेतलेल्या मानसशास्त्रानी आनंद किंवा दुःख याच्या मर्यादांचा व्यवस्थित अभ्यास केला. खरं म्हणजे राग, आकर्षण, आदर, कृतज्ञता अशा अनेक भावनांचा मानसशास्त्रानी अभ्यास केला आहे; पण आत्ता आपण फक्त आनंद आणि दुःख यांच्याविषयी बोलूया.

त्या अभ्यासामधे हजारो लोकांना जेवू घालणं, खूप मोठ्या आवाजात संगीत वाजवणं, आसपास दिसणाऱ्या सगळ्या गोष्टी सजवाव्याशा वाटणं, इतका आनंद खरोखर होतो का याचा अभ्यास केला तेव्हा एवढा आनंद माणसाला होऊच शकत नाही असं स्पष्टपणी सिद्ध झालं. आनंदामुळे माणूस हसेल, टाळ्या पिटेल, उड्या मारेल, नाचेल, धावेल हे सगळं मान्य केलं तरी तो किती वेळ हे करेल याचं उत्तर मात्र काही मिनिटं, काही तास याच्या पलीकडे जात नाही.

खूप वाईट घटना घडल्यामुळे माणसाला दुःख होतं हे समजण्याजोगं आहे. अगदी तत्त्वचिंतनाचा आरंभ करणाऱ्या हिपोक्रॅटिसलाही दुःख होत होतंच. पण दुःखामुळे माणूस किती काळ रडेल, किती काळ जेवणं टाळेल, पाणी पिणं टाळेल, इतरांशी बोलणं टाळेल, हसणं टाळेल, या सगळ्याला मर्यादा आहेतच. भारतामधे आढळणाऱ्या निरनिराळ्या चालीरीतींपैकी दुःख साजरं करायला रडणारी माणसं बोलवणं आणि त्यांनी आळीपाळीनी छाती पिटून रडणं, त्याचा व्यवस्थित मोबदला ठरवणं याच्याइतकी हास्यास्पद गोष्ट सहज सापडणार नाही.

आनंद आणि दुःख यांच्या मर्यादांचा अभ्यास करायला लागलं की, सर्व प्रकारच्या समारंभांचं (त्यात लग्न समारंभ आले, मयतीची जेवणं आली, श्राद्धं आली, वाढदिवस आले, सर्वच आले.) निरर्थक स्वरूप स्पष्ट समोर येतं. याचं मुख्य कारण म्हणजे 'कुठच्याही भावनेची तीव्रता काही काळानंतर कमी होतेच' हे तत्त्व.

माणूस आणि इतर प्राणी यांच्यात खूप म्हणजे खूप फरक आहेत. त्यांतले अगदी मोजके फरक बघितले तरी अचंबा वाटतो आणि अनेक घटनांचा अर्थ

कळायला लागतो. माणूस शौचाला गेला की, त्याच्या स्वच्छ-अस्वच्छ या कल्पनांमुळे ढुंगण धुऊन साफ करतो. त्याच कल्पनांमुळे साबण वापरतो. इतर कुठचाही प्राणी असं करत नाही. माणसाला स्त्री आणि पुरुष हे भेद समजायला लागल्याच्या वयापासून त्याला लाज ही भावना असते आणि त्यामुळे तो कपडे घालतो. इतर कुठलाच प्राणी कपडे घालत नाही. यापेक्षाही सर्वांत महत्त्वाचा फरक म्हणजे त्याला तीव्र भावना असतात आणि तो त्या व्यक्त करू शकतो. चेहऱ्यावर, हावभावांनी, शब्दांनी तो स्वतःला काय वाटतंय ते सांगतो. माणसाला रडू येतं, राग येतो, तो हसतो, त्याला मत्सर, वैरभाव असतात. इतर प्राण्यांच्यात अशा भावना असतात; पण सौम्य असतात आणि मुख्य म्हणजे व्यक्त करण्याइतपत त्यांना बुद्धी नसते, साहजिकच त्यावरचे उपाय प्राणी शोधू शकत नाहीत. महत्त्वाची लक्षात घेण्याची गोष्ट म्हणजे प्राणी माद्यांना आकर्षित करण्याचे प्रयत्न करतात, एखाद्या मादीवरून एकमेकांशी दोन नर भांडतात; पण मादीवर बलात्कार करत नाहीत. मनुष्य आणि इतर प्राणी यांत जास्त सुसंस्कारित कोण?

●

6) विचारांचं भावनेत रूपांतर

आता एक निराळाच विषय मांडतो.

तत्त्वज्ञानातला एक महत्त्वाचा भाग आपल्या रोजच्या आयुष्याशी खूप घट्ट जोडलेला आहे. मूळ सुचलेला विचार अधिक स्पष्ट होत गेला आणि स्वतः त्याबद्दल अधिक अधिक आग्रही बनलं तर कुठच्यातरी अवस्थेत तो विचार एका मर्यादेपलीकडे जातो आणि त्याची भावना बनते. एक उदाहरण घेऊ. चपला, बूट, अस्वच्छ असतात म्हणून ते घरात आणू नयेत हा विचार झाला, कारण त्याचा संबंध स्वच्छतेशी आहे. घरात दाराशी चपला काढून आत न येता माणूस चपला घेऊन जास्त आत आला याबद्दल आक्षेप असणं हा आग्रहानी मांडलेला विचार झाला. घरात कुठपर्यंत चपला आणल्या तर चालतील आणि कुठपर्यंत नाही याबद्दल घरातल्या चार-पाच माणसांच्या सुद्धा चार-पाच निराळ्या कल्पना असतील. त्या सगळ्या कल्पनांच्या मागचं कारण स्वच्छतेची गरज एवढंच आहे, पण घरातल्या माणसांपैकी एखाद्याला अमुक एका काल्पनिक रेघेपलीकडे चपला आत आणल्यामुळे राग यायला लागला तर तो विचार भावनेपर्यंत पोहोचला.

आणखी एक निराळा महत्त्वाचा विचार मांडतो.

माझ्या मते आपला समाज विचारांपेक्षा भावनेकडे झुकलेला आहे. सिनेमा आणि टी.व्ही. सतत भावनेचं अतिशयोक्त रूप दाखवतात तेच लोकांच्या मनात ठसलं आहे. जीवनसाथमधे माझी शिफारस जास्त स्पष्ट विचार करण्याची असते ती त्यामुळे.

●

7) भावनांवर नियंत्रण

विचारांच्या ताकदीमुळे आणि भावनांच्या पृथक्करणामुळे जो माणूस या सगळ्याच्या पलीकडे पोहोचला, त्याला स्थितप्रज्ञ किंवा इंग्लिशमधे 'स्टॉईक' असं म्हणतात. कितीही आनंदाचा प्रसंग घडला तरी असा माणूस हुरळून जात नाही आणि कितीही दुःखाचा प्रसंग घडला तरी कोसळून जात नाही. खरी गोष्ट अशी आहे की, एखाद्याला उशीवर काठी धोपटून शांत वाटत असेल, दुसऱ्या एखाद्याला थंड पाणी डोक्यावर घेऊन छान वाटत असेल तरी अवश्य करावं. कुठच्याही मार्गांनी पण राग लवकरात लवकर शांत करणं हा मूळ विचार आहे म्हणजेच मूळ तत्त्व आहे.

आणखी एकच उदाहरण घेऊ की, जे रोजच्या घरातल्या आयुष्याबद्दल आहे. वयानी मोठ्या माणसाला त्याच्या अनुभवाबद्दल, त्याच्याविषयी आदर वाटल्यामुळे कुठच्यातरी पद्धतीनी नमस्कार करावा हा विचार समजण्याजोगा आहे. पण दोन माणसं साधारण सारख्या वयाची समोरासमोर आली तर कोणी कोणाला नमस्कार करायचा हे ठरवण्यासाठी तत्त्वज्ञान काही प्रश्न विचारायला लागलं तर ते प्रश्नच विचारायला परवानगी नाही, अशी समाजाची अवस्था आहे. हे मूळ विचारांचं चुकीच्या भावनेत झालेलं रूपांतर आहे. वयोवृद्ध लोकांच्या दृष्टिकोनातून समोर दिसणाऱ्या तरुण माणसानी आपल्याला नमस्कार केला का नाही, केवळ यावरून तो माणूस चांगला का वाईट याबद्दल टोकाचा निर्णय होतो. नमस्कार न करणारा पण अतिशय सज्जन आणि चांगला माणूस अशा वयोवृद्धांच्या दृष्टिकोनातून असूच शकत नाही.

अशी शेकडो उदाहरणं आहेत की आपल्या रोजच्या आयुष्यात ती असून त्याबद्दल तर्कबुद्धी वापरायला परवानगी नाही. तत्त्वचिंतन करायला मुभा नाही, शंका काढायला सवलत नाही. तत्त्वज्ञान शिकण्याचा मूळ उपयोग रोजच्या आयुष्यातल्या प्रतीकात्मक, निरर्थक, कृत्रिम, अपायकारक गोष्टी काढून टाकण्यासाठी झाला तर फार छान होईल.

एकदा हे कळलं की विचाराचंच पुढचं टोक चांगली किंवा वाईट भावना हे आहे, की मग हे मानसशास्त्रातलं विधान समजायला सोपं जाईल. चुकीच्या

भावनेपर्यंत माणूस पोहोचला असला तर त्याला मागे खेचायला स्पष्ट विचारांचा आधार घ्यावा लागतो, असं एक अभ्यासक म्हणून मला वाटतं.

राग येणं, चिडणं या गोष्टी अकस्मात एका क्षणी होत नाहीत. त्यांची सुरुवात होते तेव्हा आपल्याला कळेलच असं नाही. पण स्फोट होण्याच्या अगोदर ती भावना टप्प्याटप्प्यानी तीव्र होत जाते, तेव्हा आपल्याला ते कळू शकतं. मुद्दामहून लक्ष देऊन तसा प्रयत्न केला तर त्या मधल्या टप्प्यात ती भावना आवरता येते.

समजा, अशा पद्धतीनी भावना आवरता आली नाही आणि रागवारागवी, चिडाचिडी झाली तर सगळ्यांचं खूप नुकसान होतं. जी गोष्ट साध्य करण्यासाठी जे चालू असेल ते अनेक पावलं मागे जातं. वेळही वाया जातो आणि मनंही दुखावली जातात. एखाद्या व्यक्तीला या चिडीच्या भावना व्यक्त न करता संयम राखता आला तरी एकाचा तो मनस्ताप दुसऱ्यावरही परिणाम करतो. त्याचं स्वरूप आणि वेळ नक्की नसते. ती खरं म्हणजे जास्त मोठी अडचण असते. आपल्या मनाला लागणारी एखादी गोष्ट घडली आणि त्याक्षणी राग आला, इथपर्यंत सगळं समजण्याजोगं आहे. पुढच्या तत्त्वाचा प्रश्न असा आहे की, तो राग किती काळ धरून ठेवायचा? काही माणसांच्या स्वभावात राग लवकर विसरण्याचा गुण असतो, तर काहींच्या स्वभावात मनामधला राग बराच काळ टिकतो असं असतं. इथे मूळ तत्त्वाचा प्रश्न असा आहे की, सगळ्या गोष्टींचा हेतू एकच; चुकीची, अपाय करणारी गोष्ट पुन्हा होऊ नये यासाठी काहीतरी करायला पाहिजे.

बहुतांश लोकांची परिस्थिती अशी असते की, भावनांच्या हलकल्लोळामुळे ते भांबावतात, विचारयंत्रणा बधीर होऊन तात्पुरती बंद होते आणि खरी समस्या गाडली जाते.

माझ्या कामात मी जसं जसं निरीक्षण करतोय तसं मला इम्पल्सिव्ह माणसांचं प्रमाण वाढताना दिसतंय्. सणक आली म्हणून अमुक करून टाकलं, असं म्हणणाऱ्या सणकू लोकांची संख्या सरळसरळ वाढलेली दिसतेय्. दोन माणसांची सणक एकमेकांच्या विरुद्ध टोकाची असली की व्हायची ती पंचाईत होणार हेदेखील स्पष्ट दिसतंय्.

क्रिकेट हा भारतातला लोकप्रिय खेळ असल्यामुळे क्रिकेटमधलं उदाहरण घेऊया. क्रिकेटमधल्या 'टेंपरामेंट' या शब्दाविषयी तुम्ही खूप ऐकलं असेल.

निदान क्रिकेट कॉमेंट्रीमधे हा शब्द अनेकवेळा ऐकला असेल. त्याचा अर्थ नीट समजावून सांगतो. बॅटिंग करणाऱ्या बॅटस्मनला कल्पना असते की, त्याची एक चूक झाली तरी ती शेवटची संधी असू शकते. चूक याचा अर्थ बॉलचा, फील्डर्सच्या जागांचा अंदाज न येणं, स्वतःच्या कौशल्याचा, ताकदीचा अंदाज चुकणं. अशी चूक होऊन सुद्धा बॅट्समन आऊट होतोच असं नाही. कारण फील्डरदेखील चूक करू शकतो किंवा नशिबानी बॅट्समन आऊट होताहोता वाचतो.

एकदा चूक झाली आणि तरी आपण सुदैवानी आऊट झालो नाही हा विचार बॅट्समनच्या मनात येतो आणि पुन्हा ही चूक करायची नाही हा निर्णयही होतो. पण या सगळ्यासाठी 5/7 सेकंदच मिळतात कारण लगेच पुढचा बॉल यायचा असतो. बॅट्समनचं मन आधीच्या बॉलवर स्वतः केलेल्या चुकीमधे रेंगाळलं तर चालत नाही. त्या बॉलवरून धडा शिकणं, तो लक्षात ठेवणं आणि लगेच त्याचा निराशेचा परिणाम मनावरून पुसून टाकणं हे सगळं जमणं म्हणजे बॅटिंगसाठीचं योग्य टेंपरामेंट.

'बोलिंग टेंपरामेंट' म्हणजे बोलरनी आधीचा बॉल टाकताना स्वतःची झालेली चूक सुधारण्याचा विचार करायचा आणि तो डोक्यातून काढून न टाकता त्याची अंमलबजावणी करण्यावर लक्ष केंद्रित करायचं.

क्रिकेटमधे बरेच पैसे खर्चायला वाव असल्यामुळे या दोन्ही 'टेंपरामेंट'साठी समुपदेशकदेखील नेमण्याची पद्धत आहे आणि ती उपयोगी ठरल्यामुळे वाढतेय.

राग धरून ठेवून स्वतःला त्रास होत राहणार आणि तो व्यक्त केला तर दुसऱ्याला त्रास होणार त्यामुळे चांगलं जगण्यासाठी एकच मार्ग शिल्लक आहे की, स्वतःही जास्त काळ राग धरून ठेवायचा नाही आणि एकदा उल्लेख केल्यानंतर दुसऱ्याकडेही तो राग पुन्हा व्यक्त करायचा नाही. आपण वर बोलल्याप्रमाणे या पद्धतीनी विचार करू लागलो तरच चुकीच्या भावनेपासून स्वतःला वाचवू शकू. राग आवरण्याची निरनिराळी तंत्रं तत्त्वज्ञानात, मानसशास्त्रात, व्यवस्थापनशास्त्रात, तर्कशास्त्रात सांगितलेली आहेत. ती तंत्रं जरुर वापरावीत. एखाद्याला मांडी घालून, ध्यान करून राग शांत करता येत असेल तर त्यानी ते अवश्य करावं.

जरा पुन्हा मागच्या मुद्द्याकडे वळूया. अमुक एक गोष्ट आपल्याला आवडली नाही, त्याचा फार त्रास झाला ही गोष्ट नवऱ्याला किंवा बायकोला सांगायची आहे अशी कल्पना करा. स्वतःची डायरी उघडून आपल्याला योग्य

वाटेल त्या दिवशी ती गोष्ट त्या व्यक्तीला सांगायची अशी त्यात नोंद करावी. त्या ठरलेल्या दिवशी सांगण्याजोगी योग्य वेळ नाही सापडली तर स्वतः पुढचा दिवस ठरवावा. पुन्हा त्या तारखेला ती गोष्ट लिहून ठेवावी. नव्याण्णव टक्के वेळेला त्या माणसाची भूमिका तोपर्यंत आपल्याला समजल्यामुळे काही सांगायची जरूर नाही, म्हणजेच टीका नोंदवण्याची गरजच नाही, असा निष्कर्ष निघेल.

सध्याच्या मला दिसणाऱ्या आपल्या समाजाविषयीची एक गोष्ट मला स्पष्ट दिसते. ती अडचण मला सोडवण्याची इच्छा आहे. भावनांबद्दल बोलणारे, लिहिणारे, फिल्म बनवणारे लोक, त्यांच्या कलाकृती जास्त लोकप्रिय आहेत. लोकांना विचारांच्या दिशेनी जायला प्रोत्साहन, आवाहन करणारे लोक आणि त्यांच्या कलाकृती लोकप्रिय नाहीत.

मागे विवाह अभ्यास मंडळात मी एक सिनेमाक्षेत्रातली प्रसिद्ध नटी गप्पा मारायला बोलावली होती. त्या बाई भावना व्यक्त करण्याविषयी बोलल्या. बोलल्या ते ठीक होतं, खूप चांगलं नव्हतं. पण 'सिनेनटी'शी प्रत्यक्ष भेट या कल्पनेमुळे खूप गर्दी झाली. मी भावनांविषयीचे विचार मांडतो. स्पष्ट विचार कसे करायचे ते शिकवतो. पण माझ्या कार्यशाळेला अशा प्रकारची गर्दी कधीही झालेली नाही. होणार नाही.

●

8) कुटुंबाबरोबरच्या आयुष्याचं महत्त्व

वैवाहिक समुपदेशनाच्या पीएच.डी.च्या निमित्तानी माझा शिस्तशीर अभ्यास झाला. त्यात मानसशास्त्र शिकताना, वाचताना खात्री पटली की, या विषयावर बरंच काम झालेलं आहे. पाश्चात्त्य जगात खूपच काम झालेलं आहे. भारतात त्यामानानी फार कमी. कामातला, यशातला, सामाजिक कामातला, शिक्षण, कला, खेळ या सगळ्या आनंदाच्या अनुभवांचं अनेक पातळ्यांवर मोजमाप झालं आणि कौटुंबिक जिव्हाळा या एका विषयाच्या आनंदाचं पारडं इतरांपेक्षा फार जड आहे हे स्पष्ट झालं. कुटुंबातलं एकमेकांचं कौतुक, आदर, काळजी, प्रेमाची देवाणघेवाण यानी मिळणाऱ्या समाधानाची इतर गोष्टींशी तुलनाही करता येत नाही.

आपल्या सध्याच्या विषयात कुटुंबाबरोबरच्या आनंदाचा हा मुद्दा सगळ्यांना मान्य आहे असं समजूया. त्यापुढचा मात्र प्रश्न फारच गहन आहे. स्वतःचं कुटुंब त्या दृष्टीनी तपासूया. आपल्या लग्न झालेल्या मुलांचं तपासूया. भावंडांच्या कुटुंबांचं निरीक्षण करूया. शेजारी, मित्रमंडळी अशा अनेक कुटुंबांचं आपलं निरीक्षण समोर मांडलं तर हे समाधान तत्त्वतः मान्य असलं, तरी अजिबातच प्रत्यक्षात उतरलेलं नाही असं दिसतं.

इतरांशी वागताना, बोलताना आपल्या कुटुंबात सगळं आलबेल आहे, सगळे आनंदाच्या, समाधानाच्या तलावात डुंबतायत; असा अभिनय करण्यात सगळे गुंग आहेत. आम्हा नवरा-बायकोचं छान चाललेलं आहे असा अभिनय करतायत, आपले आपल्या मुलांशी, आई-वडलांशी, भावंडांशी अतिशय मैत्रीचे संबंध आहेत; असं सगळे भासवतायत आणि प्रॉपर्टी, पैशाची वाटणी असे खरे कळीचे मुद्दे निघाले की, सगळी प्रेमाची सोंगं गळून पडून नातेसंबंधांची दुर्दशा समोर येतेय.

नवरा-बायको ताण लपवण्याचा आटोकाट प्रयत्न करतात; आणि जेव्हा ते इतरांपर्यंत पोहोचतं, तेव्हा दुरुस्त होण्यापलीकडे गेलेलं असतं. त्यात संसाराच्या अडचणी भर घालतात. मुलं शाळेत जायला लागली की काळजी, नाही गेली तरी काळजी. मुलांच्या करिअरची काळजी, त्याहीपुढे त्यांना योग्य जोडीदार मिळेल की नाही, लग्नानंतर मुलं आपल्याशी नेमकी कशी वागतील, हादेखील

प्रश्नच असतो. भावंडं, त्यांचे सगळे प्रश्न एवढा आपल्या जवळच्या पाच-दहा कुटुंबांचा जरी फक्त विचार केला की, कळतं की, कुटुंबातली नाती हाच खरा काळजीचा, अभ्यासाचा विषय आहे.

●

कुटुंबातलं एकमेकांचं कौतुक, आदर, काळजी, प्रेमाची देवाणघेवाण यानी मिळणाऱ्या समाधानाची इतर गोष्टींशी तुलनाही करता येत नाही. कुटुंबातली नाती हाच खरा काळजीचा, अभ्यासाचा विषय आहे.

9) व्यवस्थापनशास्त्राचा उपयोग

कुटुंबातल्या प्रत्येक माणसानी हा विचार करून बघावा. दुसऱ्याच्या कामामधल्या चुका काढून त्याला वेडंवाकडं बोलणाऱ्या माणसानी ते काम स्वतः केलं तरी त्यातही काहीतरी चूक होतेच. दुसऱ्यानी मनात आणलं तर तोही आपल्याला वाईट बोलू शकेल. मी म्हणतो त्यात जराही अतिशयोक्ती नाही. अनुभव जास्त असला तर चुका कमी होतील एवढंच. यासाठी व्यवस्थापनशास्त्रात असा संकेत असतो की, एकानी केलेलं काम त्यानी स्वतः तपासायचं नसतं. दुसऱ्यानी तपासून चुकांची दुरुस्ती सांगायची आणि पहिल्यानी निर्मळ मनानी त्या दुरुस्त करायच्या. हा प्रश्न पद्धतीचा आहे. मानापमानाचा नाही. अगदी छोट्या कुटुंबात हे व्यवहार्य नसतं. मध्यम आकाराच्या कुटुंबात हे शक्य असतं आणि मोठ्या कुटुंबात ही पद्धत म्हणूनच मान्य करायला हवी. त्यात एक पथ्य मात्र पाळायला हवं, तपासणारी व्यक्ती एकच असता कामा नये. काही गोष्टी लहान मुलंही तपासू शकतील. बाकीचे सज्ञान लोकच तपासतील, असं करण्याचं काम आणि तपासण्याचं काम आलटून पालटून सगळ्यांनी केलं तर वातावरण बिघडेल अशी लोकांना शंका येते. प्रत्यक्षात बरोब्बर उलटं होतं. वातावरण सुधारतच जातं.

●

10) कुटुंबाचं समुपदेशन

कौटुंबिक समुपदेशनाबद्दल एक गोष्ट माहिती म्हणून सांगतो, या प्रकारच्या समुपदेशनात कुटुंबातल्या प्रत्येक व्यक्तीचा सहभाग असतो. समुपदेशक स्वतः कुटुंबाला भेट देतो नि कुटुंबातले नातेसंबंध समजावून घेतो. यात कुटुंबाची समस्या किंवा कुटुंबातला मतभेद हा समुपदेशनाचा केंद्रबिंदू असतो. समुपदेशक कुटुंबातल्या सर्व व्यक्तींशी चर्चा करून समस्येची उकल करतो. तसंच त्यांच्यातले मतभेद दूर करायला मदत करतो.

कुटुंबात जाऊन राहाणं या समुपदेशन प्रकाराचं वैशिष्ट्य म्हणजे समुपदेशक स्वतः समस्याग्रस्त कुटुंबात तीन-चार दिवस राहातो. कुटुंबातल्या व्यक्तींबरोबर व्यक्तिगत आणि संयुक्तरीत्या चर्चा करतो. कुटुंबाची पद्धत समजावून घेतो. कोणत्या व्यक्तींचा कुटुंबावर प्रभाव आहे आणि कोणत्या व्यक्ती कमी लेखल्या जातात, हे जाणून घेतो. शेवटी एकत्रितरीत्या सर्वांना समुपदेशन करतो. प्रत्यक्षात या प्रकारचं काम मी करत नाही. माझ्या माहितीप्रमाणे कोणीही करत नाहीत.

एकाचं काम दुसऱ्यानी तपासावं असं मघाशी मी म्हणालो, हा मुद्दा मी जरा जास्त तपशीलात जाऊन उदाहरणासकट समजावून सांगतो. साधारण 20 वर्षांपूर्वी मी, शोभा, शोनील आणि आभा असे एका घरात एकावेळी राहात होतो. चौघंही घरातले सगळे प्रश्न समजण्याच्या वयातले असल्यामुळे तो काळ उदाहरणाकरता निवडतो आहे. घरात 4 समजदार माणसं असल्यामुळे कामाची चौघांच्यात वाटणी व्हायची. कामाच्या बायकांची जबाबदारी शोभाची असं ठरलेलं होतं. त्यामधे धुणी, भांडी, केर, पोछा, स्वयंपाक सगळ्यासाठी बायका होत्या. त्या कामामधे अडचणी थोड्या असायच्या पण असायच्या. साधारण दर महिन्यातून एकदा शोभानी आम्हाला तिघांना तिच्या या जबाबदारीबद्दल 'रिपोर्ट' द्यायचा. शंका, तक्रारी असतील त्यांची उत्तरं द्यायची. शोभानी तिचं काम किती जबाबदारीनी पार पाडलं हे आम्ही तिघांनी तपासायचं.

माझ्याकडे सगळ्या घरच्या दुरुस्त्यांचं काम असायचं. या जबाबदारीचा एवढा स्वतंत्र उल्लेख करण्याचं कारण आहे. जुना पेशवेकालीन वाडा असल्यामुळे काही दुरुस्त्या कराव्या लागल्या नाहीत असा सलग महिनादेखील जायचा नाही.

त्या प्रत्येक दुरुस्तीचं वर्णन, खर्च, अडचणी, लागणारा वेळ, होणारी गैरसोय याबद्दल शोभा, आभा आणि शोनील यांना आधी कल्पना देणं, प्रत्यक्षात काम झाल्यावरचा रिपोर्ट देणं हे मला करायला लागायचं. माझ्या व्यवसायातल्या चढउतारांचाही रिपोर्ट द्यायचा असायचा.

वाणसामानाची यादी ठरलेल्या दुकानदाराकडे पोहोचवायचं काम मी किंवा शोनील करायचो.

कपडे खरेदी शोभा आणि आभा बघायच्या. मी आणि शोनील त्यात नसायचो कारण आम्ही दोघंही टोकाचे साधे आणि काटकसरी होतो. हेही खरंच की, शोनील आणि आभावर जबाबदाऱ्या कमी असायच्या. मुळात ते दोघंही त्यांच्या कॉलेज, इतर छंद वगैरेमधे इतके व्यग्र असायचे की, आम्ही पण त्यांना काही सांगायचो नाही. पण एकमेकांच्या कामांबद्दल 'रिपोर्टिंग' आणि शंकानिरसन, तपासणी या गोष्टी मात्र नियमितपणी चालायच्या.

मी वर्णन करतोय् ते वातावरण परंपरावादी घरात शक्य नाही. घरात 'विवेकाचं अधिष्ठान पाहिजे.' आधुनिकतेत विवेकनिष्ठ विचारसरणी अभिप्रेत आहे. विवेकवाद हा 'मार्शल आर्टस्'सारखा असतो. बुद्धी, वागणूक आणि संवाद यांखेरीज इतर कुठचीच शस्त्रं वापरायची नसतात. पण तीच खरी परिणामकारक पद्धत असते.

●

घरात 'विवेकाचं अधिष्ठान पाहिजे.' आधुनिकतेत विवेकनिष्ठ विचारसरणी अभिप्रेत आहे. विवेकवाद हा 'मार्शल आर्टस्'सारखा असतो. बुद्धी, वागणूक आणि संवाद यांखेरीज इतर कुठचीच शस्त्रं वापरायची नसतात. पण तीच खरी परिणामकारक पद्धत असते.

11) आपुलकी, प्रेम या भावना व्यक्त करणं

वस्तूची किंमत त्याच्या उपलब्धतेवरून ठरते. हा मूळ तर्कसंगत विचार लक्षात घेऊन जरा अधिक स्पष्टपणी प्रेम व्यक्त करण्याकडे बघूया. प्रेम व्यक्त करण्याचे मार्ग म्हणजे त्या माणसासाठी वेळ देणं, बुद्धी खर्च करणं, श्रम करणं आणि यातलं काहीच शक्य नसलं तर फक्त पैसे खर्चायची तयारी दाखवणं. यातली सर्वांत कठीण ती जास्त किमती गोष्ट आणि सर्वांत सोपी ती स्वस्त असा क्रम लावून बघूया. असं दिसतं की, सर्वांत मूल्यवान वेळ, त्या खालोखाल श्रम, त्या खालोखाल बुद्धी वापरणं (कारण ती लांबूनही वापरता येते.) आणि सर्वांत शेवटचा क्रम म्हणजे पैसे खर्च करणं. या मोजपट्टीवर तपासलं तर पैसे खर्चून वस्तू 'प्रेझेंट' देण्याची कृती सर्वांत खालच्या दर्जाची आहे. ही गोष्ट खूप कमी लोकांना समजू शकते. प्रत्यक्षातलं समाजाचं सरासरी मध्यमवर्गीय कुटुंब तर 'प्रेझेंटेशन आर्टिकल्स – ग्रीटिंग कार्ड्स'च्या वाटेनी फार पुढे पोहोचलं आहे. मग नातेसंबंध सुधारतील कसे?

ज्या माणसांविषयी हे सगळं बोलणं चालू आहे ते नेहमीच्या अर्थानी यशस्वी आहेत. ते आर्थिक व्यवहारात तरबेज आहेत; पण कौटुंबिक, भावनिक व्यवहारात कच्चे आहेत, त्यांना सगळाच्या सगळा दोष द्यायचाच नाहीय् कारण ते या शहरीकरणाचे आणि अर्थव्यवस्थेचे बळी आहेत. त्यांना कुटुंबातली गंमत नाहीशी झाल्याचं जाणवलंय; पण ते भांबावलेले असल्यामुळे काय करावं कळत नाहीय्.

'रिलेशन्स मॅनेजमेंट'चा मार्ग मी इथे सांगीनच; पण ज्यांना तो माहीत नाहीय् ते काय करतात मग? पारंपरिक भारतीय पद्धतींचा वापर करतात. प्रेम व्यक्त करण्याचं कर्मकांड पूर्वजांनी तयार साच्यात वाढून ठेवलं आहे. अमुक प्रसंगी यांना ओवाळा, नमस्कार करा, पाटावर बसवा, जेवायला अमुक पदार्थ करा, तमुक दागिने घाला अशी सगळी व्यवस्था चोख तयार आहे. ती तेवढी केली की झालं. थोडक्यात स्वतःला आधुनिक समजणारे भेटवस्तूंद्वारे आणि पारंपरिक समजणारे कर्मकांडांद्वारे प्रेम व्यक्त करतात आणि करण्याजोगं सगळं संपलं, असं मानतात.

खरं प्रेम तपासण्याची काही व्यवस्था कोणीच करून ठेवलेली नसल्यामुळे सगळी कर्मकांडं झिंग आल्यासारखी उरकत गेलं की बास! त्या कर्मकांडांच्यात इतका वेळ जातो आणि त्याचा इतका उचका असतो की, खरं प्रेम तपासायला सवडच मिळत नाही हा त्या व्यवस्थेचा खरा अर्थ आहे. या सगळ्याला एक छोटा फायदेशीर आणि सोपा शॉर्टकट काही लोक शोधतात. शब्द आणि शब्द. ते इंग्रजीत प्लीज, सॉरी, थँक्यू म्हणत सुटतात. प्रत्यक्षात चांगले शब्द वापरून भावना व्यक्त करण्याचं कसब हे फार महत्त्वाचं आहे; पण ते कृत्रिम होता कामा नये. जीवनसाथच्या मिश्रगट चर्चांच्यात यावर बरंच काम चालू असतं.

●

12) नाती सांभाळण्यासाठीची तत्त्वं आणि तंत्रं

सारांशात सांगायचं तर, कौटुंबिक नातेसंबंध चांगले राखण्यासाठीच्या सगळ्या प्रयत्नांची यादी तर संपली, एक गोष्ट सोडून. ती म्हणजे 'रिलेशन्स मॅनेजमेंट' या विषयाचं तंत्र. आता थोडा पाटीपुस्तक घेऊन, आकडे वगैरे टाकून अभ्यास करूया. रिलेशन्स मॅनेजमेंटची काही मूलतत्त्वं आहेत ती प्रथम थोडक्यात सांगतो–

1. स्वतःच्या आयुष्याचं जे काही बरं-वाईट करायचं असेल ते आपण स्वतः करणार आहोत. डेस्टिनी, प्राक्तन, योग, नशीब असं जे असेल ते असेल. पण त्यात आपण काही बदल करू शकणार नसू तर त्याकडे लक्षही देऊ नये. करण्याजोगं जे असेल, ते मात्र स्वतः सगळं करून बघावं.

2. जोपर्यंत सगळ्या गोष्टी करून बघितलेल्या नाहीत, तोपर्यंत निराश होण्याचा कोणाला काही अधिकार नाही.

3. सगळं चांगलं घडेल असं धरूनच चालता येणार नाही. टोकाची चांगली किंवा टोकाची वाईट गोष्ट घडतच नाही. मध्यम गोष्टच प्रत्यक्षात घडते. त्याच्या तपशीलाच्या अभ्यासाची जरुरी आहे.

4. निराळं ते वाईट नसतं. आपल्या सरासरी कुटुंबात मात्र जे जे निराळं दिसेल त्या त्या प्रत्येक गोष्टीला कान धरून घराबाहेर काढलं जातं.

5. स्वतःच्या स्वभावाचा प्रकार समजणं फार जरुरीचं आहे. स्वतःच्या स्वभावाचा प्रकार, दुसऱ्याच्या स्वभावाचा प्रकार, स्वतःच्या आणि दुसऱ्याच्या मर्यादा समजल्या की, निर्णय होतो. निर्णय लवकर घेता येत नाही अशी ज्यांची अडचण असते, त्यांनी ही 'थिअरी' समजून घ्यायला हवी.

6. विरोधी विचारांचा सामना करण्याची ताकद म्हणजे खरी ताकद. त्यासाठी विरोधी विचार समोर येण्याची संधी आपण उचलायची आहे. आपल्याला माहिती असलेल्या कुटुंबात मात्र असं अजिबात होऊ देत नाहीत. 'वाद नको, चर्चा नको', अशा पद्धतीनी सगळ्यांना गप्प बसवलं जातं. प्रत्यक्षात

त्याचा अर्थ, 'विचार नको' असा होतो.

7. एखाद्या प्रश्नावर जेव्हा कोणी गप्प बसतो, तेव्हा तो त्या माणसाच्या न्यूनगंडामुळे तरी किंवा अहंगंडामुळे गप्प बसलेला असतो. थोडक्यात, तो स्वतःला किंवा आपल्याला मूर्ख समजत असतो.

8. कितीही प्रतिभावंत कलाकार, हुशार माणूस असला तरी अगदी अतिमहत्त्वाच्या खास, ग्रेट कामातही बिनडोक कामाचा काही भाग असतोच. तो बिनडोक कामाचा वेळ स्वतः योजना करून विभागून घ्यायचा असतो.

9. हुशारी, सौंदर्य, शक्ती, कलागुण या कशाहीपेक्षा आयुष्य जगण्यासाठी जो गुण सर्वांत महत्त्वाचा असतो, तो म्हणजे सारासार विचार. सारासार विचारात दुसऱ्याचा कुठचाही विचार समजावून घेऊन त्यावर विचार करण्याची तयारी अपेक्षित असते.

10. कितीही जवळचं नातं असो, मैत्री असो, आई-वडील, मुलगा-मुलगी, नवरा-बायको, भावंडं असं वाट्टेल ते नातं असलं तरी सारासार विचार नसला तर ते नातं नीट टिकू शकत नाही. खरं म्हणजे फार त्रास होत असेल तर कुठचंही नातं तोडता येतं.

11. संपूर्ण आयुष्य हे दोन प्रकारांत विभागलेलं असतं. विशिष्ट मोहीम (इंग्रजीत मिशन-पीरियड) हा एक भाग. त्याचा काळ मर्यादित असतो. मोहिमेचा कोणीतरी प्रमुख असतो. वागणुकीची विशिष्ट पद्धत ठरलेली असते. प्रत्येकानी काय करावं ते ठरलेलं असतं. ती मोहीम संपली की, सर्वसाधारण आयुष्य (नॉन-मिशन पीरियड) सुरू होतं. त्यात मोहिमेमधे आलेल्या अनुभवांविषयी चर्चा असते, अभ्यास, सूचना असतात. पुढच्या सुधारणांच्या योजना असतात. दुर्दैवानी सर्वसाधारण कुटुंबात हा 'नॉन-मिशन पीरियड' कधीच चालू होत नाही.

12. माणसाचा मेंदू चांगल्या, वाईट, मध्यम अशा विचारकणांचा एका मर्यादेपर्यंतच साठा करू शकतो. स्वतःच्या मेंदूमधे कशाचा साठा करायचा याचा निर्णय प्रत्येकानी करायचा असतो. त्यात आनंद, प्रेम, तिरस्कार, राग, काळजी काहीही साठवून ठेवता येतं. त्यामधे स्वतःचं कुटुंब, ओळखीचे, परके आणि अनोळखी समाज अशांसाठी जागा नसली, तर श्रीमंतही गरीबच

राहतो; कारण माणसांच्या आपुलकीची समृद्धी त्याला समजत नाही. अशा लोकांना आत्मकेंद्री किंवा स्वकुटुंबकेंद्री म्हणतात. समाधानी आयुष्यासाठी हा दुर्गुण ठरतो.

13. प्रत्येक प्रश्नाला कमीतकमी चार-पाच उत्तरं असतात. प्रश्नाचा आणि उत्तराचा क्रम ठरवायला शिकणं आवश्यक असतं. सगळ्याला सारखं महत्त्व असं म्हणत राहिलं तर कशाचाच निर्णय होऊ शकत नाही.

●

संपूर्ण आयुष्य हे दोन प्रकारांत विभागलेलं असतं. विशिष्ट मोहीम (इंग्रजीत मिशन-पीरियड) हा एक भाग. त्याचा काळ मर्यादित असतो. मोहिमेचा कोणीतरी प्रमुख असतो. वागणुकीची विशिष्ट पद्धत ठरलेली असते. प्रत्येकानी काय करावं ते ठरलेलं असतं. ती मोहीम संपली की, सर्वसाधारण आयुष्य (नॉन-मिशन पीरियड) सुरू होतं. त्यात मोहिमेमधे आलेल्या अनुभवांविषयी चर्चा असते, अभ्यास, सूचना असतात. पुढच्या सुधारणांच्या योजना असतात. दुर्दैवानी सर्वसाधारण कुटुंबात हा 'नॉन-मिशन पीरियड' कधीच चालू होत नाही.

13) प्रश्न सोडवण्याची पद्धत– मिश्रगट कार्यशाळा म्हणजेच 'ग्रुप काउन्सेलिंग' वर्कशॉप्स

परस्परविरोधी तत्त्वं असतील तेव्हा माणूस निर्णय कसा नि काय घेतो यालाच महत्त्व असतं. एक सगळ्यांना समजेल असं रोजच्या अनुभवातलं उदाहरण घेतो. तत्त्व क्र. 1) अन्न वाया घालवू नये, 2) शिळं अन्न खाऊ नये. 3) भुकेपेक्षा जास्त जेवू नये, 4) दुसऱ्याला जास्त खाण्याचा आग्रह करू नये. 5) आपल्या घरी जास्त झालं त्यामुळे उरलेलं शिळं अन्न दुसऱ्या घरी किंवा दुसऱ्या व्यक्तीला देऊ नये, 6) रेफ्रिजरेटरमधे अन्न ठेवू नये, 7) पाहुण्यांना संकोच होऊ नये म्हणून जरा जास्तच अन्न शिजवावं. 8) आपापलं अन्न स्वतः वाढून घ्यावं. या पद्धतीत अतिथीचा सन्मान राखला जात नाही.

आता एवढ्या सगळ्या तत्त्वांमधून वाट काढणं खरंच कठीण असतं, हे वैवाहिक आयुष्यात 'बायको काय घरीच असते,' असं म्हणत गुरगुरणाऱ्या नवऱ्यांना कळलं तरी या लिखाणाचं सार्थक होईल.

अशा अनेक परस्परविरोधी गोष्टींचे गुंते आपल्याला रोज सोडवावे लागतात. मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्रात सांगितलेली एक गोष्ट कुटुंबस्वास्थ्यासाठी फार उपयोगी असते. प्रश्नामधेच उत्तर दडलेलं असतं, त्यामुळे प्रश्न स्पष्ट झाला की, झाकलं गेलेलं उत्तर दिसतं.' प्रश्न स्पष्ट होण्यासाठी तो दुसऱ्याला समजेल अशा भाषेत सोपा करून मांडणं यासाठी तो दुसऱ्याशी बोलणं महत्त्वाचं असतं. त्याच्या पुढची पायरी म्हणजे तो प्रश्न लिहिणं. त्यामुळे जर जादू व्हायला लागते.

आणखी एक गोष्ट त्यामधून कळत जाते ती म्हणजे एका प्रश्नाला एकच उत्तर असं नसतं. बहुतेक वेळा त्या प्रश्नाला चार-पाच उत्तरं तरी असतात. मघाशी आपण त्याचा उल्लेख केला होता. ती फक्त शोधावी लागतात.

ज्या विषयांचा अधिक अभ्यास केल्यानी प्रत्यक्ष विवाह करण्यापूर्वी विवाहाची समज वाढते, त्या विषयांचा पद्धतशीर अभ्यासक्रम असतो. इतरांचं मन कळलं की, स्वतःचे प्रश्न कमी होतात. काही प्रश्न मोठे, काही जरा लहान असे असतात. ग्रुप छोटा किंवा मोठा यावर वेळ कमी-अधिक होते; कारण सगळ्यांनी त्यात भाग घ्यायचा असतो. निव्वळ भाषण पद्धतीनी जो विषय अर्ध्या

तासात संपतो, तो गटचर्चा पद्धतीनी दोन तास चालतो. भाषणाचा परिणाम टिकाऊ असेलच याची खात्री नाही, तर गटचर्चेचा परिणाम टिकतो. ऐकण्यानी आपलं विचारचक्र ज्या वेगानी फिरतं, त्यापेक्षा दसपट वेगानी बोलताना फिरतं. त्यावर अधिक विचार झाला, तर त्या विषयातल्या निष्कर्षापर्यंत लवकर पोहोचता येतं. या अभ्यासक्रमात आयुष्यातल्या सगळ्या टप्प्यांचा अभ्यास असतो, कारण कुठचा मुद्दा समस्या बनून आपल्या वाट्याला येईल, हे कोणालाच माहीत नसतं.

शरीराला होणारा त्रास अगदी तात्पुरता, कमी काळाचा असण्याची शक्यता नेहमीच जास्त असते. औषधं, आहार, व्यायाम यांच्यामुळे बहुतेक वेळा शरीराचा त्रास बरा होतो.

मनाच्या त्रासाला औषधं, पथ्यं, व्यायाम नसतात हीच अडचण असते. त्याचा संबंध मूळ स्वभावाशी असतो. त्याच्यावरचा इलाज समुपदेशनात सापडतो. असा त्रास पुन्हा पुन्हा होऊ शकतो, पण समुपदेशन चालू ठेवलं तर त्याचं प्रमाण आणि प्रसंग कमी कमी होत जातात. हे सगळं सहज व्हावं म्हणून जीवनसाथनी आजीव सभासदत्वाची कल्पना अमलात आणलेली आहे.

जीवनसाथची नेहमीची माझ्या घरी दर महिन्याच्या पहिल्या रविवारी दोन वाजता होणारी कार्यशाळा खरं म्हणजे दोन तासांची आखलेली असते, पण प्रत्यक्षात तसं होत नाही. सुरुवातीला लोक जमेपर्यंत 20-25 मिनिटं जातात. उशिरा आलेल्यांसाठी काही गोष्टी पुन्हा सांगाव्या लागतात. त्यात पाच-दहा मिनिटं वाया जातात. मध्यंतरात चालू विषय थांबवून इतर काही गोष्टी सांगण्यात 10-15 मिनिटं जातात. बहुतेक वेळा कोणीतरी असंबद्ध काहीतरी बोलतं. मूळ विषयापर्यंत संभाषण आणण्यात 5-10 मिनिटं वाया जातात. सारांश असा की, या कारणांमुळे शेवटी दोनच्या ऐवजी तीन तास लागतात. त्यामुळे कार्यशाळेची वेळ दोन ते पाच समजावी लागते.

इथे या लेखात जरी अभ्यासक्रमातले विषय एका विशिष्ट क्रमानी मांडले असले, तरी प्रत्यक्षात ग्रुपच्या मागणीप्रमाणे कुठचाही विषय आधीपासून निवडून पक्का करण्याची पद्धत असते. संवादकला, विचार, भावना व्यक्त करण्याची गरज आणि ते व्यक्त करण्यासाठी प्रचलित असलेले मार्ग यांवर चर्चा असतात. माफी, आभार, शुभेच्छा, सांत्वन या भावना इंग्रजीतून किंवा मराठीतून व्यक्त करण्याला पर्यायच नाही. हे पटतं सगळ्यांना; पण जमतं काहींनाच. काहीजण याचा अतिरेकही करतात. दिवसभर सगळीकडे थँक्यू, प्लीज, सॉरी इतक्या

प्रमाणात वापरतात की तेही निरर्थक बनतं.

अहंकार आणि आत्मविश्वास यांमधला फरक समजायला कठीण असतो; स्वतःमधल्या गुणांमुळे आत्मविश्वास असला तर तो उपयोगी असतो. दुसऱ्याला तुच्छ लेखायची छटा त्यात आली की, तो त्रासदायक अहंकाराचं स्वरूप घेतो. असे अहंकाराला मदत करणारे अनेक घटक असतात. सौंदर्य, श्रीमंती, भाषाप्रभुत्व, सामाजिक दर्जा, विशिष्ट पदाची ताकद, एखादं कसब यांतलं काहीही माणसाला बिघडवू शकतं.

समाजात एक दुर्दैवी चित्र आपल्याला सतत दिसतं. विनयानी वागणाऱ्या गुणी माणसाची कदर फार कमी लोकांना असते. स्वतःची जाहिरात करताना माणसं दिसतात आणि ती जास्त लोकप्रिय झालेलीही दिसतात. या सगळ्यामुळे तरुण माणसाची फार दिशाभूल होते. त्यापासून बचाव करायचा तर त्याचं तंत्र शिकावं लागतं.

जीवनसाथमधे ज्या अनेक पद्धतींनी समुपदेशन चालतं, ते लक्षात घेऊन जीवनसाथचे सभासद अभिमानानी सांगतात की, जीवनसाथमधे त्रुटी असतील, पण उपलब्ध असलेल्या अनेक व्यक्ती, संस्था यांच्यात जीवनसाथ सर्वोत्तम पर्याय आहे.

●

भाषणाचा परिणाम टिकाऊ असेलच याची खात्री नाही, तर गटचर्चेचा परिणाम टिकतो. ऐकण्यानी आपलं विचारचक्र ज्या वेगानी फिरतं, त्यापेक्षा दसपट वेगानी बोलताना फिरतं. त्यावर अधिक विचार झाला, तर त्या विषयातल्या निष्कर्षापर्यंत लवकर पोहोचता येतं. या अभ्यासक्रमात आयुष्यातल्या सगळ्या टप्प्यांचा अभ्यास असतो, कारण कुठचा मुद्दा समस्या बनून आपल्या वाट्याला येईल, हे कोणालाच माहीत नसतं.

14) खरं बोलणं

व्यवस्थापनशास्त्रात असं म्हटलंय की, खरं बोलायचं की खोटं हे दोन पर्यायच नाहीत. खरंच बोलायचं आणि तरी ते कसं आणि काय शब्दांत, केव्हा बोलायचं, याचं कसब हेच महत्त्वाचं. सर्वसाधारण कुटुंबव्यवस्थेला मात्र 'खोटं कधी बोलू नये', अशा शब्दांत शिकवण आणि प्रत्यक्ष वागणुकीत खोटं बोलण्याचं प्रशिक्षण, असा प्रकार असतो. त्यांतला एक विषय असा असतो की, माणूस मोठा होत जातो तशी त्याची नकारांची यादी वाढत जाते. कोणी खाण्यापिण्यातल्या एखाद्या गोष्टीला नकार देईल, तर दुसरा एखादा वागणुकीतल्या विशिष्ट पद्धतीला नकार देईल. कोणी कुठच्या विशिष्ट शब्दप्रयोगाला, विचारपद्धतीला नकार देईल. तो नकार व्यक्त न करता दडवणं, हाही खोटेपणाच आहे. मनातला तो नकार व्यक्तही करायचा आणि तरी त्याला वैयक्तिक भांडणाचं स्वरूप येऊ द्यायचं नाही, हे कसब शिकायचं आहे.

अविवाहित राहायचं की विवाह करायचा असा संभ्रम अनेकांच्या मनात असतो. त्याकरता लग्न कशासाठी यावर सविस्तर चर्चा असते. प्रेमविवाह का आई-वडलांनी ठरवलेल्या व्यक्तीशी लग्न हाही प्रश्न असतो. प्रेमविवाहाची इच्छा असते; पण तसं कोणी नाही सापडलं तर काय करायचं, हा प्रश्न असतो. या चर्चेत लग्नाचं योग्य वय, जोडीदाराच्या निवडीची पद्धत यांबद्दल मुलंमुली, पालक आपल्याला काय वाटतं ते सांगतात. याखेरीज लैंगिक–भावनिक विश्वामधल्या अडचणी सांगणारं, सोडवणारं लैंगिक शिक्षणही असतं. व्यक्तिमत्त्वातल्या छंद, कला, खेळ यांचं महत्त्व चर्चांमधून समजावं असाही प्रयत्न असतो.

●

15) पैशाबद्दलची विचारसरणी

स्वतः भविष्यात किती, कसे पैसे मिळवायचे याबद्दल खरं म्हणजे प्रत्येकानी काहीतरी विचार केलेला असतो. पण तो शब्दांत मांडण्याइतका स्पष्ट नसतो. विचार योग्य किंवा अयोग्य असो, स्पष्ट मांडल्याशिवाय तो चूक का बरोबर हेही समजू शकत नाही आणि त्यामुळे त्याबद्दल सल्लाही मिळू शकत नाही. एखाद्याचं व्यक्तिमत्त्व याचा 'बाह्यरूप' एवढाच अर्थ असतो आणि एरवीच्या संदर्भात तो पुरतो. पण मानसिक घडण या अर्थानी 'मानसशास्त्रीय व्यक्तिमत्त्व' अभ्यासाशिवाय कळू शकत नाही. ते काम इथे चालतं आणि ते ओळखायचं कसं याबद्दल मार्गदर्शन चालतं. मग परदेशात जाणं योग्य-अयोग्य, परदेशातली खरी परिस्थिती याबद्दल चर्चा होतात. या चर्चांमधे आर्थिक व्यक्तिमत्त्व लख्ख कळतं, मध्यमवर्गीय आयुष्याचे फायदे कळतात. थोडक्यात, समाधानी कौटुंबिक आयुष्यासाठीचं अर्थकारण कसं असावं, याचं शिक्षण मिळतं.

कौटुंबिक मालमत्ता, गुंतवणूक आणि त्याचबरोबर अल्पबचतीचं महत्त्व अभ्यास मंडळात अनेक पद्धतींनी सांगितलं जातं. मिळकतीपैकी बचतीसाठीची टक्केवारी समजणं, ठरवणं आणि अमलात आणणं एवढं जमलं, तरी बरेचसे आर्थिक प्रश्न आपोआप कमी होतात.

●

16) स्वावलंबन आणि आत्मसन्मान

माझ्या आत्तापर्यंतच्या सगळ्या अभ्यासात एक गोष्ट मला नीट कळलेली आहे ती इथे मांडतो. माझ्या मते स्वावलंबन म्हणजेच आत्मसन्मान. स्वावलंबनानी आत्मसन्मान राखता येतो आणि आत्मसन्मान सांभाळता आला तरच स्वावलंबन पसंत पडतं, जमतं.

या विषयाचा पद्धतशीर अभ्यास एरवी होत नाही, तो इथे होतो. अगदी लहानपणापासून स्वावलंबन ही तर मानवाची गरज आणि इच्छा आहे. तो मूळ स्वधर्म आहे आणि त्यात आनंदही आहे. पुढच्या आयुष्यात कुठच्यातरी टप्प्यावर स्वतःचं काम दुसऱ्यानी करण्याचा विकृत आनंद समजायला लागतो. इथला विकृत शब्द अनेकांना खटकेल याची मला कल्पना आहे. दुसऱ्यानी आपलं काम करणं आणि स्वतः आपल्या करवून घेण्याच्या कसबाविषयी धन्यता मानणं, हा मानगुटीवर बसलेल्या औद्योगिकीकरणाच्या भुताचा चमत्कार आहे. संपूर्ण स्वावलंबी असणं हे कठीण आहे; पण ते अतिशय श्रेष्ठ आणि आनंददायी आहे. हे विधान सध्याच्या काळात समजणं, पचणं कठीण आहे; परंतु तेच अंतिम सत्य आहे.

या विषयात आणखी एक विषय गुंतलेला आहे. स्वतंत्रपणे केलेल्या नातेसंबंधांच्या अभ्यासात आणखी एक दिसतं ते एकमेकांची मदत घेणं. त्यामुळे, नातं खूप अर्थपूर्ण आणि मैत्रीचं होतं. यातला एकमेकांची हा महत्त्वाचा शब्द विसरला नाही तरच जवळीक निर्माण होते हा मुद्दा महत्त्वाचा. स्वावलंबनाचं तत्त्व आणि एकमेकांना जवळिकीसाठी मदत या दोन्हींचा समन्वय साधून वापर करण्याची समज हा तर विवाहाच्या प्रमुख कसरतींपैकी एक विषय आहे. याचीही खोलात जाऊन चर्चा चालते.

विवाहासंबंधीच्या परंपरांनी आणखी एक चुकीची गोष्ट लोकांच्या मनावर बिंबवली आहे. ती म्हणजे 'दुसऱ्याच्या मनातलं न सांगता कळलं पाहिजे.' काही गोष्टी ओळखता येतात हे मान्य आहेच, पण त्यांचं प्रमाण फार कमी असतं. मानवी मेंदू हा एक कॉम्प्युटर आहे ही खरी गोष्ट आहे. पण त्यात एकामधली 'सीडी' दुसऱ्यात घालण्याची सोय नाही त्याला काय करणार! बाकीचं सगळं व्यक्तच करावं लागतं.

अशा चर्चांच्यात जमलेल्या सगळ्यांच्या आयुष्यातले तरुणपणापासूनचे सगळे प्रसंग घेतले जातात. त्या प्रसंगात अधिक स्वावलंबनाच्या पद्धतीनी काय करता आलं असतं, अशा सूचना सगळे मिळून करतात. पुढे तो विषय वैवाहिक आयुष्य, वार्धक्य, आजारपण, मृत्यू इथपर्यंत पोहोचतोच. जेव्हा असा मुद्दा निघतो की, तब्येत बिघडली, हातपाय वाकडे झाले तरी माणसाला जगण्याची हाव असते, त्याचं काय? एखादा विकलांग माणूस नोकरचाकर, नातेवाईक, कुटुंबीय, मुलं, जोडीदार यांच्या साहाय्यानी परावलंबी जीवन जगतो, त्याचं काय? या प्रकारच्या प्रश्नाचं खरं उत्तर समजायला कठीण, पण एकच आहे. स्वावलंबी असेपर्यंतच माणसानी जगावं.

●

17) स्त्री-पुरुष समतेची आणि समानतेची समज

स्त्री-पुरुष समानता याविषयीही निराळ्या अंगानी शिक्षण चालतं. सबंध आयुष्याचे प्रमुख टप्पे, त्यांमधे जिथे जिथे स्त्री-पुरुष असमानता दिसते ती वेचून त्यांची यादी करणं, असा एक कार्यक्रम असतो. एक एक मुद्दा निघेल तसा त्या विशिष्ट मुद्द्यामधे स्वतः कुठे बसतो हे प्रत्येकजण सांगतो.

एक गोष्ट कळायला लागते की, संपूर्ण समानता आचरणात आणणारे पुरुष तर नसतातच; पण स्त्रियाही नसतात. ती गोष्ट पूर्ण खरी सांगितली तरच पुढे योग्य तो परिणाम होण्याची शक्यता असते. स्त्री-पुरुष समानतेची समज आणि आचरण यांचं प्रमाण प्रत्येक पिढीसरशी वाढतंय; ही खूप चांगली गोष्ट आहे. स्त्री-मुक्तीच्या प्रतिकारस्वरूप तीव्र भूमिकेपेक्षा स्त्री-पुरुष समानता या विषयाचा अभ्यास केल्यामुळे समानतेची सामाजिक समज अधिक वाढते असं खात्रीशीरपणे या अभ्यासात दिसायला लागलं. मग त्या विषयाची इतर अंगं दिसायला लागली. मिळवत्या बायकोचे फायदे, त्याचा नेमका अर्थ मुलग्यांना समजायला लागला.

तत्त्वज्ञान आणि आयुष्य किंवा वैवाहिक आयुष्य यासंबंधी जीवनसाथमधे चर्चा चालतात, तेव्हा एक विषय छोटे गट करून चर्चेला दिलेला असतो. तो म्हणजे, ‘नवराबायकोनींही एकमेकांशी पुरेशा परकेपणानी वागायला हवं.’ बऱ्याच चर्चा होतात. वाद-प्रतिवाद होतात. ‘जोडीदाराला आपलं मानल्यावर कसला आलाय परकेपणा?’ ‘परकंच मानायचं तर लग्न कशाला करायचं?’ म्हणतात. शेवटी मात्र एक निष्कर्ष खात्रीशीरपणे निघतो. ‘कुठच्याही व्यक्तीला गृहीत धरून वागणं चूक आहे– लग्नाच्या जोडीदाराला देखील.’ कारण तेच अंतिम सत्य आहे.

हुंडा नावाच्या पिशाच्चाबद्दलही खूप चर्चा होतात. प्रत्यक्ष रक्कम देणं-घेणं वर्ज्य केलं की हुंडाबंदी पाळली गेली असं अनेकांना वाटतं. प्रत्यक्षात ज्या ज्या गोष्टीला मुलीच्या घरून मुलाच्या घरी असं ‘वनवे’ प्रवासाचं लेबल लागलं आहे, तो अप्रत्यक्ष हुंडाच असतो हे समजावून दिलं की समजतं. मग त्याच्या सूक्ष्म रूपांचा अभ्यास व्हायला लागला की काय काय समोर यायला लागतं, याला

अंतच नाही. चर्चेत सहभागी होणाऱ्या विवाहितांची ग्रुपच्या देखत उकराउकरीला सुरुवात झाली की, ऐकणाऱ्यांना मजाही येते आणि ते प्रसंग स्वतःच्या आयुष्याशी ताडून बघता आले की, खूप शिकायलाही मिळतं. जमलेल्यांपैकी काही पुरुष मान्य करतात की, आपली मुलगी सासरी गेली की या विषयाचं खरं मर्म कळायला लागतं. तोपर्यंत सगळा 'ढ'पणाच चालू असतो.

●

प्रत्यक्षात ज्या ज्या गोष्टीला मुलीच्या घरून मुलाच्या घरी असं 'वनवे' प्रवासाचं लेबल लागलं आहे, तो अप्रत्यक्ष हुंडाच असतो हे समजावून दिलं की समजतं. मग त्याच्या सूक्ष्म रूपांचा अभ्यास व्हायला लागला की काय काय समोर यायला लागतं, याला अंतच नाही.

18) लोकशाहीचं मूल्य आणि स्वतंत्र किंवा एकत्र कुटुंब

लोकशाहीची समज आणि एकत्र किंवा स्वतंत्र कुटुंब या दोन विषयांची अभ्यास मंडळात लागोपाठ चर्चा ठेवलेली असते. राजकीय पद्धती, सरकार, राज्यकारभार एवढ्याच संदर्भात लोकशाहीचा इतके दिवस विचार झाला असला तर तात्पुरती गडबड होते; पण आपापल्या 'हाऊसिंग सोसायटी'मधे लोकशाही पद्धतीनी केलेले निर्णय ही गोष्ट सगळ्यांना समजते. तीच गोष्ट कुटुंबातल्या सगळ्या सदस्यांच्या बाबतीत करून बघूया म्हटलं की, खऱ्या विचारांना सुरुवात होते.

कुटुंबातले वृद्ध, मध्यमवयीन तरुण आणि लहानगे या सगळ्यांना मतांचा अधिकार असतो की नसतो, सगळ्या सोयींचं वाटप न्याय्य पद्धतीनी होतं किंवा नाही यात शिरलं की, लोकशाही या विषयाचा आणि कौटुंबिक स्वास्थ्याचा दाट संबंध दिसायला लागतो. मग त्याला जोडून एकत्र कुटुंबपद्धतीची पृथक्करण-प्रक्रिया सुरू होते. सर्वांत मोठा घोटाळा एकत्र कुटुंबाच्या व्याख्येविषयी असतो. मुलगा किंवा मुलगी कमवायला लागली किंवा त्यांनी लग्न केलं की, आई-वडलांच्या घरात न राहणं म्हणजे स्वतंत्र कुटुंब, बाकी सगळे प्रकार म्हणजे एकत्र कुटुंब इतकं स्पष्ट कळलं की धक्के सुरू होतात.

एकत्र कुटुंबपद्धती आणि स्त्री-पुरुष समानतेचं मूलतत्त्व एकत्रपणी पाळणं कसं अशक्य आहे, हे सांगितलं की उमजायला लागतं. एखादी गोष्ट सध्याच्या परिस्थितीत त्या विशिष्ट घरी शक्य असो किंवा नसो, मूळ विचारपद्धती तर नक्की कळायला लागते.

●

19) उत्सव, समारंभ याबद्दल भूमिका

मिश्र गटचर्चेत आणखी एक विषय असतो. उत्सव, समारंभ, लोकांना आपल्या आनंदात सहभागी करून घेण्याची मूळ मानसशास्त्रीय सत्यासत्यता, खऱ्या आनंदाचं प्रमाण मोजणं हे झाले मूळ अभ्यासाचे विषय. सण, समारंभ, उत्सव हे एकदा मान्य झाले तर मग वाढदिवस, मेजवान्या, लग्नसमारंभ, सगळंच मान्य असतं. जणू काही निराळ्या विषयावरची चर्चा आहे असं तात्पुरतं सांगून चंगळवादाच्या व्याख्येत मी शिरलो की जमलेल्यांमधे अस्वस्थता निर्माण होते. मध्यमवर्गीय आयुष्यात जेवढ्या वस्तू, सुखसोयी आपण सहजपणी वापरतो, तेवढ्या आसपासच्या कनिष्ठ वर्गाला मिळत नाहीत याबद्दल आपल्याला नेमकं काय वाटतं हा मूळ प्रश्न आहे.

आसपासच्या लोकांना काही खायला नसताना, त्यांच्यासमोर आपण दाबून जेवू शकू का? ते संकोचामुळं कठीण आहे हे सगळे मान्य करतात. समजा, मधे नुसता पडदा टाकला, भिंत उभी केली; पण पलीकडे भुकेलेला माणूस बसलेला तुम्हाला माहीत आहे, तर तुम्ही मजेत जेवू शकाल का? समजा, अशी अनेक माणसं चार भिंतींपलीकडे जरा जास्त अंतरावर असली, तर काही फरक पडेल का? जेवण हा विषय सोडून इतर वस्तूंचा विचार केला तरी तेच. आपण वस्तू, सुखसोयी, सौंदर्य या सगळ्यांचा उपयोग करण्यात काही चूक नाही; पण त्या भिंतीपलीकडच्यांचा विचार आपण करू शकलो, तर वस्तूंचा हव्यास आपोआपच कमी होईल. वस्तू, चांगल्या वस्तू, आधुनिक वस्तू, नव्या वस्तू जर कार्यक्षमता वाढवण्यासाठी असतील तर त्या मान्य, नाहीतर त्या अमान्य हा विचार मध्यमवर्गीयांना करता येत नाही, तेव्हा ते चंगळवादाचे बळीच ठरतात. मुख्य म्हणजे वस्तूंचा हव्यास या रस्त्यानी गेल्यावर पुढे समाधान नाहीय्, असमाधान आहे हे कळणं महत्त्वाचं. या प्रयत्नांमुळे समाजातला उत्सवीपणा, समारंभप्रियता हळूहळू कमी होत जावी ही अपेक्षा.

●

20) असणं, दिसणं आणि दाखवणं

विवाह आणि तत्त्वज्ञानाच्या चर्चेत आणखी एक गोष्ट खूप महत्त्वाची ठरते. ती म्हणजे 'असणं आणि दिसणं.' माणसाचं बाह्यरूप बऱ्याच प्रमाणात असतं तसंच दिसतं. गोरा माणूस गोराच दिसतो आणि सावळा सावळाच दिसतो. उंच, बुटका माणूस आहे तसाच दिसतो. त्यात किंचित फरक, अर्थात सुधारणा करता येते. तेवढी सुधारणा जरूर करावी कारण नाहीतर सौम्य प्रमाणात हिंसा होते. कायम चेहरा नीटनेटका ठेवावा, पोशाख स्वच्छ, नीटनेटका असावा, हावभाव प्रसन्न असावेत इथपर्यंत बहुतेकांचं एकमत होईल.

सुबकपणा, नीटनेटकेपणा, सौंदर्य महत्त्वाचं असतं, कारण सौंदर्यानी सौंदर्य वाढत जातं तसा कुरुपपणानी कुरुपपणा वाढत जातो. कुरुपपणामुळे हिंसेला उत्तेजन मिळतं. याचं समजायला सोपं उदाहरण म्हणजे जिथे प्रथम थोडा केर टाकला जातो तिथे अस्वच्छपणा पसरून उकिरडा होतो.

खरा स्वभावाचा प्रकार आणि चेहऱ्यावरचे भाव यात तफावत असली तर मात्र 'असणं आणि दिसणं' याबाबतीत माणसाला जनसंपर्कात अडचणी येऊ शकतात. खुद्द मलाच हा त्रास अनेक वर्षं झाला. मी लोकांना 'हॅपी गो लकी, आरामगडी, सोपा माणूस' असा माझ्या चेहऱ्यावरून, देहबोलीतून वाटायचो; पण प्रत्यक्षात मी तसा नाही. मी प्रत्येक गोष्टीकडे गंभीर, अभ्यासपूर्ण दृष्टीनी बघतो. सगळंच मनापासून आणि मनावर घेऊन करतो. हा प्रश्न सोडवण्यासाठी मला अभ्यास करून मेहनत घ्यावी लागली. दोन्ही प्रतिमांचा समतोल असलेलं व्यक्तिमत्त्व घडवावं लागलं.

याखेरीज आपला समाज जे नाही ते दाखवणं या वाटेनी बराच पुढे गेला आहे. प्रत्यक्षात असा भाग वागणुकीत जेवढा कमी असेल तेवढी समाधानकारक आयुष्याची शक्यता जास्त असते.

जे आपल्याजवळ नाही ते दाखवणं हे अवघड असतं. त्यात फार शक्ती खर्ची पडते, कारण ते एका प्रकारचं खोटं बोलणं असतं. खोटं बोलणं देखील माणसाची अशीच अवस्था करतं.

मी आणि शोभा दोघांनीही खूप प्रयत्नपूर्वक 'दाखवणं' हा व्यक्तिमत्त्वातला अंश जवळजवळ पूर्ण काढून टाकला आहे.

●

21) आधुनिक आणि पारंपरिक

आधुनिक आणि पारंपरिक म्हणजे काय यावरही खूप बोलणं होतं. एका गोष्टीचा सर्वसाधारण माणसावर फार पगडा आहे, ती म्हणजे ईश्वर, धर्म, जात, पुनर्जन्म, ज्योतिष, पत्रिका, शुभअशुभ या सगळ्यांबद्दलच्या रीतींचा. या गोष्टी मानणारा तो पारंपरिक आणि न मानणारा तो आधुनिक, असंही खरं नाही. आधुनिकतेमधे प्रगतीकडे वाटचाल, वैज्ञानिक दृष्टिकोन, पर्यावरणाचा विचार, लोकशाहीची समज, साधेपणा या सगळ्यांचा समावेश आहे हे न समजल्यामुळे पँट-शर्ट, सलवार-कमीज या आधुनिक रूपापलीकडे सामान्य माणूस विचारांनी पोहोचू शकत नाही. या सगळ्या कल्पना पूर्वीच्या समाजकारण्यांनी निराळ्या हेतूंनी मुद्दामहून लोकप्रिय केल्या होत्या. आता त्या कालबाह्य झाल्यामुळे त्यांचा स्वतःवरचा पगडा काढून टाकणं हा खरा आधुनिक विचार आहे याची जमलेल्यांना जाणीव होते.

समाजकार्याची समज, त्याचे प्रकार, पालकत्वाचं शिक्षण याविषयीही बऱ्याच वेळा गटचर्चा होतात. आयुष्यातल्या नकारात्मक गोष्टींची वास्तव कल्पना आणि त्या परिस्थितीत स्वतःची प्रतिक्रिया यांचा अभ्यास झालेला असला तर फार फायदा होतो. घटस्फोटित, विधवा, विधुर यांचे प्रश्न सोडवायचे कसे याचं शिस्तशीर शिक्षण यात असतं. हा सगळा अभ्यास पद्धतशीरपणी टिपून कसा ठेवायचा, त्याचा प्रत्यक्ष आयुष्यात कसा वापर करायचा, याचंही शिक्षण चालतं.

ही उदाहरणं मी केवळ तत्त्वज्ञान कसं विकसित होत गेलं हे समजावून सांगण्यासाठी दिली आहेत. आपला मुख्य अभ्यास विवाह आणि रोजच्या आयुष्यातली वागणूक, त्यात येणाऱ्या अडचणी आणि तत्त्वज्ञान हाच आहे.

त्यातला मुख्य विचार सांगतो. वैवाहिक आयुष्यच काय, पण संपूर्ण आयुष्य हे थंड डोक्यानी जगण्याचं आहे. आत्ता मी हे माझं मत स्पष्टपणी सांगतो आहे; पण या विचारापर्यंत इतक्या स्पष्टपणी पोहोचायला मला 25 वर्षं लागली.

हे सगळं विवाह-अभ्यास, कुटुंबशिक्षण वगैरे मी तुम्हाला सांगतोय ते उपयोगी आणि आवडण्याजोगं; पण फार कठीण म्हणजे जवळजवळ अशक्य वाटण्याची शक्यता आहे. त्याचं कारण म्हणजे दुसरा एक सामाजिक प्रश्न.

शिक्षण विरुद्ध करमणूक असं तर आपल्या समाजात युद्धच चालू आहे. खरं विरुद्ध लोकप्रिय असा संघर्ष चालू आहे. या सगळ्या भानगडीच्या परिस्थितीमुळे सरळ साधं शिकलं, लग्न केलं, संसार केला, त्यात समाधान मिळालं असं होत नाही.

प्रत्येक जण एका 'प्रेशर कुकर'मधे बसला आहे. आम्हा विवेकनिष्ठ सत्यशोधकांसमोर हे फार मोठं आव्हान आहे. समाजाला अपेक्षित पद्धतीनी एखादी गोष्ट सांगितली तरच ती समजते नि पचते. निराळ्या पद्धतीनी केली तर ती काहींना खूप आवडते, तसंच काहींना खूप नावडण्याचा धोका असतो. या सगळ्या अभ्यासाचे शत्रूही भरपूर असतात, कारण त्यांना खऱ्याची भीती असते. सत्यशोधकाला मात्र हे समजतं. खऱ्याला घाबरणारे सामील तर होणार नाहीतच, उलट निंदा करणार हे मान्य असतं.

आम्हाला दोघांना, शोभाला आणि मला याची पूर्ण जाणीव आहे. आमचे हे विचार लोकांपर्यंत पोहोचवण्यासाठी काय करावं नि काय टाळावं याची यादी तयार आहे. त्या अर्थानी हे सामाजिक काम आहे. 'लग्न पाहावं करून' नावाचं एक पुस्तक मी लिहिलंय. ते आता तिसऱ्या आवृत्तीत आहे. वैयक्तिक पातळीवरच्या वादानी नुसतेच संबंध बिघडतात, विचारांत प्रगती होत नाही हे लक्षात आल्यामुळे आम्ही आणि सगळे 'जीवनसाथ'चे सभासद हे पुस्तक दुसऱ्याला वाचायला देतो. ते वाचायला नकार दिला, तरी माणसाचं मन समजतं. वाचलं असं खोटंच सांगितलं तर त्याविषयी बोलायला लागलं की समजतंच. खरोखर वाचणारे आणि सत्यशोधक प्रवृत्तीकडे झुकलेले लोक मात्र या पुस्तकाच्या माध्यमातून एकमेकांचे मित्र होतात हे महत्त्वाचं.

तत्त्वज्ञानानी जे शिकवलंय ते मला पूर्णपणे पटलंय. मला जे कळलं असं मला वाटतं ते अपुरं ज्ञान म्हणायचं. जे मी इतरांना समजेल अशा सोप्या पद्धतीनी सांगू शकीन ते कदाचित ज्ञान म्हणता येईल. शेवटी जो दुसऱ्याला समजेल तो भाग म्हणजे निश्चितपणे ज्ञान म्हणायचं. त्यामुळे सामान्यांना समजेल असं लिखाण मला पटतं. मला जमतं असं म्हणता येत नाही; पण मी प्रयत्न मात्र कायमच तसा करतो. विद्वानांनी फक्त विद्वानांसाठी लिखाण करणं ही गोष्ट मला रुचत नाही. मी याआधी तीन पुस्तकं लिहिली. 'घर पाहावं बांधून', 'लग्न पाहावं करून' आणि 'व्यवस्थापनशास्त्र तुमच्यासाठी.' तीनही पुस्तकांत मी प्रयत्न तसाच केला आहे. हे माझं विधान अनेक विद्वानांना कदाचित पटणार नाही,

याची मला पूर्ण जाणीव आहे.

आपलं वैवाहिक आयुष्य दुसऱ्यासमोर इतकं उघडपणे मांडायला लागलं की लोक शंका काढणार, खोटेपणाचे आरोप करणार, काहीजण कौतुक करणार हे आलंच. त्यातून आमचं वैवाहिक आयुष्य अधिक समृद्ध आणि अर्थपूर्ण होत जातं याची लोकांना कल्पनाच येत नाही. हे आमचं आयुष्य खाजगी असलं तरी 'ओपन बुक' आहे. स्वतःच्या आयुष्यात कुठच्या गोष्टी जमल्या, काय नाही साधल्या, त्यांवर काय उपाय केले हे समुपदेशनात समोरच्यांना सांगावं की नाही याबद्दल दुमत असतं हे मला माहीत आहे. पण समोरच्या श्रोत्यांवर खरोखर परिणाम होण्यासाठी ते सर्वांत परिणामकारक आहे. मी आणि शोभा तसं करतो बाबा!

हे शिक्षण सावकाश; पण खात्रीशीर परिणाम करणारं आहे. यावरून एखाद्याची अशी समजूत होऊ शकेल की, अशा परिणाम करणाऱ्या उपक्रमात प्रवेश मिळवण्यासाठी रांगा लागल्या असतील. प्रत्यक्षात असं आहे की, हे काम खूप लोकप्रियही नाही आणि निराशा वाटण्याजोगंही नाही. जीवनसाथचे महाराष्ट्रभरातले साधे (प्रत्यक्ष येऊ न शकणारे) हितचिंतक सभासद साधारण एक हजार आहेत नि पूर्ण सभासदत्व (जास्त फी भरून नियमित, पण अधूनमधून हजेरी लावणारे, संपर्क ठेवणारे) घेतलेले सदस्य साधारण पाचशे आहेत. त्याचं कारण स्पष्ट आहे. परिणाम करण्याची इच्छा असते; पण ती दुसऱ्यावर, स्वतःवर नाही.

आधी मी म्हटल्याप्रमाणे, इतरांना ही जगण्याची पद्धत कळणं याचं आम्हाला मिळणारं समाधान खूप महत्त्वाचं आहे. आमचं अभ्यास मंडळ महिन्यातून एकदाच असतं. त्याची तयारी, आधीचा गृहपाठ याची मजाही असते. 'विवाहपूर्व समुपदेशन फक्त' असं निराळं काही नसतं. संपूर्ण आयुष्याचं शिक्षण, हाच तो खरा विषय. याखेरीज वैयक्तिक समुपदेशन असतंच; पण निराळ्या वेळात आधी फोनवर ठरवून. त्याविषयी पुढे सविस्तर लेख आहे.

●

22) वैयक्तिक समुपदेशन

वैवाहिक समुपदेशन किंवा 'मॅरेज काउन्सेलिंग'चा खरा अर्थ मला समजला तो असा– 'नवरा आणि बायको यांच्या विचार आणि भावनांच्यात फरक असणारच. कारण सरळ आहे. त्यांची आनुवंशिकता निराळी आणि वाढ निराळ्या पद्धतीनी झालेली असते, ज्यात फरक असू शकतो असे 60 विषय जीवनसाथनी वेचून काढलेले आहेत. कशात साम्य आहे, कशात फरक आहे आणि कुठच्या बाबतीत अधिक प्रगल्भ विचार करण्याची जरूर आहे याबद्दल दोघांची समज स्पष्ट होण्यासाठी मदत करणं म्हणजे वैवाहिक समुपदेशन.'

मला वाटतं की, या साठही विषयांच्याबद्दल प्रत्येक सज्ञान विवाहेच्छूला काहीतरी भूमिका असलीच पाहिजे आणि ती जोडीदारापाशी लग्न ठरवण्यापूर्वी स्पष्ट केलेली पाहिजे. काही लग्नाचे मुलगे आणि मुली म्हणतात की, याबद्दल आम्हाला काहीच म्हणायचं नाहीय्. प्रत्यक्षात ते खरं नसतं. निश्चितपणी काहीतरी म्हणणं दोघांचंही असतं. त्याजोगा प्रसंग घडला की ती भूमिका अकस्मात समोर येते आणि विसंवादाला सुरुवात होते.

कॉलेजांमधे, खासगी अभ्यासगटांमधे, सामाजिक संस्थांच्यात कुटुंब-शिक्षण या विषयाच्या आमच्या बऱ्याच कार्यशाळाही असतात. टी.व्ही., आकाशवाणीवर कार्यक्रम असतात. बाहेरगावी जाण्या-येण्याची दगदग खूप असते; पण समाधान मिळतं. 'जीवनसाथ' हे आमचं सामाजिक काम आहे की व्यवसाय आहे, धंदा आहे की करिअर असे अनेक प्रश्न लोकांना पडतात. त्याचं खरं उत्तर सांगू? ही आहे विवेकनिष्ठ सत्यशोधकांची तळमळ.

अडचणीत असलेल्या अनेक जोडप्यांना आपल्याकडून शक्य तेवढी मदत करावी अशी इच्छा असते; पण समुपदेशकाच्या भूमिकेच्या काही मर्यादा असतात. नवरा-बायको एकमेकांशी अबोला धरून बसले असले की समुपदेशकाची परिस्थिती बिकट होते. त्या दोघांमधला मध्यस्थ, व्यवस्थापक, निरोप्या, टेलिफोन ऑपरेटर, कोऑर्डिनेटर अशा भूमिका त्याला पार पाडाव्या लागतात. मला अनेक वेळा कळतं की, हे चुकीचं आहे. मी त्यांचा पी.ए. नाही, त्यांनी नेमलेला मॅनेजर नाही, पण त्या दोघांना मात्र ते समजत नाही. ते हा विचार करण्याच्या अवस्थेतच नसतात.

मी म्हणालो ती 60 विषयांची यादी इथे देतोय्. जसे समाजातले प्रश्न बदलत जातील तशी ही यादी बदलत जायला हवी. बहुधा यादी वाढेलच. जमलेल्या लोकांनी बहुमतांनी हवासा वाटेल तो विषय निवडावा. मग त्याची चर्चा, तयारी वगैरे होते. 60 पैकी 5 विषय समुपदेशन पद्धतीबद्दल आहेत आणि बाकीचे 55 विषय गटचर्चेसाठी किंवा ग्रुप काउन्सेलिंग वर्कशॉपसाठी आहेत.

प्रत्येक शाखेत शिक्षणानंतर इंटर्नशिप, आर्टिकलशिप, कार्यानुभव अशी काहीतरी सोय असते. वैवाहिक आयुष्यात मात्र अशी काहीच सोय नसते. हे साठ विषय ऐकणं, त्यांच्या चर्चेत भाग घेणं, त्या सगळ्या विषयांच्या नोटस् काढून त्याविषयी सूत्रधार म्हणून लोकांशी बोलणं याला माझ्या दृष्टिकोनातून इंटर्नशिप म्हणता येईल. अशा कार्यशाळेत सगळ्यांनी आर्टिकलशिप करावी अशी माझी शिफारस आहे.

जीवनसाथ विवाह अभ्यासमंडळ आणि समुपदेशन केंद्र
विषयांची यादी

1. विवाह अभ्यास मंडळ – कल्पनेची ओळख
2. स्वतःची थोडक्यात ओळख (गटातल्या प्रत्येकानी)
3. व्यक्तिमत्त्वाचे सहा प्रकार
4. व्यक्तिमत्त्वाचे 16 प्रकार
5. प्रथमदर्शनी प्रेम, लग्नापूर्वीची प्रेमप्रकरणं
6. विमुक्त जीवन – अविवाहितांचं आयुष्य – अविवाहितांच्या मुलाखती
7. लग्न कशासाठी – लग्नाचं योग्य वय
8. खरं बोलणं – अठ्ठ्याण्णव टक्के
9. जोडीदाराची निवड– स्वतःचा अभ्यास
10. जोडीदाराची निवड – मुलांची बाजू आणि मुलींची बाजू
11. लैंगिक शिक्षण – विवाहापूर्वी
12. लैंगिक शिक्षण – विवाहानंतर
13. संवाद कला
14. माफी/आभार/कौतुक/शुभेच्छा/सांत्वन/भांडण
15. व्यक्तिमत्त्व विकास
16. छंद/कला यांचं महत्त्व

17. नकार देण्याची कला
18. नवराबायकोंमधली भांडणं-प्रकार–उपाय
19. कौटुंबिक विसंवाद
20. विवाह आणि कायदा
21. घटस्फोटितांचे, विधवा-विधुरांचे प्रश्न आणि उपाय
22. मी केलेल्या चुका
23. मी जोडीदाराकडून, विशिष्ट व्यक्तीकडून काय शिकलो
24. व्यक्तिमत्त्वाचे दोन प्रकार– भावनिक गुणांक– ई.क्यू.
25. मूल कशासाठी
26. पालक शिक्षण
27. आर्थिक व्यक्तिमत्त्व
28. शिक्षण आणि करिअर, बचत आणि विमा
29. प्रत्येकाच्या स्वतःच्या कामाचं थोडक्यात वर्णन
30. परदेश
31. विवाह, व्यवस्थापनशास्त्र आणि आयुष्य
32. स्वावलंबन आणि आत्मसन्मान
33. लोकशाहीची समज
34. अंतिम निर्णयाचे अधिकार
35. एकत्र / स्वतंत्र कुटुंब
36. स्त्री-पुरुष समानतेची गरज / समज
37. हुंडा-प्रत्यक्ष / अप्रत्यक्ष
38. मिळवती बायको
39. आयुष्यातले आनंद
40. उत्सवी प्रवृत्ती – समारंभ
41. लग्नसमारंभ
42. विवाहाचा लेखी करार
43. ईश्वर, धर्म, जात, पुनर्जन्म, कर्मकांडं
44. ज्योतिष – पत्रिका, शुभाशुभ, रूढी-परंपरा
45. आधुनिक / पारंपरिक म्हणजे काय
46. आधुनिक संस्कार म्हणजे काय

47. साधेपणा / पर्यावरण शिक्षण
48. स्वतःची 'नाहीच'ची यादी
49. समाजकार्याच्या दिशा
50. तत्त्वज्ञान आणि विवाह
51. दुष्टाशी गाठ
52. ज्येष्ठ नागरिकांशी संवाद
53. नकारात्मक विचारांची शक्ती
54. म्हातारपणापासून मृत्यूपर्यंत
55. क्रिटिकल ॲनॅलिसिस काउन्सेलिंग
56. सेल्फ काउन्सेलिंग / निराशेचे क्षण / रागाला आवर
57. विवाहितांच्या मुलाखती
58. विवाह अभ्यास मंडळ चालवण्याचं शिक्षण
59. खेळ / विनोदी चुटके
60. मानसोपचार तज्ज्ञांच्या कक्षा

मानसशास्त्रातला एक महत्त्वाचा भाग इथे प्रथम सांगतो. प्रत्येक माणसाचं मन सगळ्या आयुष्याकडे तीन निराळ्या दृष्टींनी सतत बघत असतं. एक म्हणजे स्वतःला स्वतःचं व्यक्तिमत्त्व जसं माहिती असतं या व्यक्तिमत्त्वाविषयी स्वतःची कल्पना.

दुसरं काल्पनिक व्यक्तिमत्त्व म्हणजे जसं व्हावं अशी आपल्याला इच्छा असते त्याविषयीची कल्पना. त्या दिवास्वप्नात माणूस मधूनमधून गुंग असतो.

तिसरं म्हणजे लोकांना आपण कसे वाटतो त्याबद्दलची आपली कल्पना. याचीही नॉर्मल माणूस सतत काळजी करत असतो.

या तीन कल्पनांमधे जेवढं साम्य असेल तेवढा माणूस स्वस्थ असतो. जेवढी तफावत असेल तेवढा तो जास्त अस्वस्थ असतो.

एवढ्या निरनिराळ्या विषयांत हळूहळू करत जीवनसाथच्या सभासदांची प्रगल्भता वाढवण्याचा प्रयत्न मी सतत करत असतो. संस्थेच्या पातळीवरही काही निवडक सभासदांच्या मदतीनी आम्ही खूप प्रयत्न करतो आणि तरीदेखील काही

लोकांच्या दृष्टिकोनातून जीवनसाथचं काम समाधानकारक नसतं.

एक उदाहरण सांगतो, जीवनसाथमधली एक मुलगी वैयक्तिक समुपदेशनासाठी माझ्याकडे यायची. तिचं एका मुलाबरोबर लग्न जुळवण्याच्या दृष्टीनी बोलणं चालू होतं. मला स्वतःला स्पष्ट दिसत होतं की, त्या मुलामधले प्रश्न सोडवण्यासाठी त्या मुलानी समुपदेशकाकडे स्वतःहून जाणं महत्त्वाचं होतं आणि तरी तो मुलगा कुठच्याच समुपदेशकाकडे जायला तयार नव्हता. मी तिला अनेक पद्धतींनी त्या मुलाचा नाद सोडून द्यायला सुचवत होतो. मी तसं थेट सांगणं समुपदेशनाच्या पद्धतीत बसलं नसतं. तिच्याकडून तो निर्णय यावा असा मी प्रयत्न करत होतो.

त्याच काळात ती मुलगी दुसऱ्या एका समुपदेशकाकडे गेली आणि त्या समुपदेशकानी तिला लगेच त्या मुलाचा नाद सोडण्याचा सल्ला दिला. खरं तर त्या समुपदेशकानी तसा सल्ला दिला, तेव्हा या मुलीला मी काही महिन्यांच्या काळात त्या निर्णयापर्यंत पोहोचवलं होतं. त्या मुलीला मात्र वाटलं की, त्या दुसऱ्या समुपदेशकानी तिला जे लगेच सांगितलं त्यासाठी मी तिचे काही महिने वाया घालवले. प्रत्यक्षात त्या समुपदेशकाला आणि त्या मुलीला योग्य पद्धत माहीत नव्हती असा याचा अर्थ होतो.

हे चांगलं नाही. पण असं क्वचित घडू शकतं हे मान्यच करावं लागतं.

मला असे अनेक समुपदेशक माहिती आहेत की, जे स्वतःचा समुपदेशनाचा व्यवसाय स्वतःच्या हिमतीवर चालवू शकत नाहीत. असे समुपदेशक कुठची तरी संस्था पकडतात. एखादी शाळा, एखादी कंपनी पकडून ठेवतात, एखाद्या रुग्णालयामधे समुपदेशकाचं काम करतात. थोडक्यात, असा कशाचा तरी आधार त्यांना घ्यावाच लागतो.

●

आठवडाभर प्रवासाला जायचं असलं तरी माणूस व्यवस्थित माहिती काढून तयारी करतो. विवाह हा तर जीवनभराचा प्रवास आहे. त्याची तयारी नको का करायला?

23) या पुस्तकासंबंधीच्या सूचना

एका गोष्टीबद्दल माझा निर्णय पक्का झालाय. मी मानसशास्त्रातली 'थिअरी' शिकलो आहे; पण मी आवश्यक तेवढीच 'थिअरी' सांगीन.

अनेक इंग्लिश शब्द आपल्या रोजच्या वापरात रूढ झालेयत. माझं वैयक्तिक मत असं आहे की, भाषा एकमेकांत मिसळू नयेत. पण भाषांतराचा हट्ट धरला तर अर्थच हरवतो अशी पुस्तकं मी बघितली आहेत. अगदी मानसशास्त्रावरची, समुपदेशनावरची देखील पुस्तकं वाचून सामान्यांच्या हाती काही लागत नाही अशी अवस्था होते. शेवटी उद्देश साध्यच होत नाही. कुठचा शब्द इंग्लिशमधला आहे तसा वापरायचा आणि कुठचा भाषांतरित करायचा या अंदाजात माझी चूक झाली तर प्रतिक्रियांच्या अभ्यासानंतर मी ती चूक दुरुस्त करीन एवढी मात्र खात्री देतो.

शेवटी पुन्हा जीवनसाथचा अर्थ सांगतो, आयुष्यात येणाऱ्या प्रत्येक प्रश्नाचं मर्म एकच. आपलं काहीही नियंत्रण नसलेल्या चांगल्या आणि वाईट अनेक गोष्टी प्रत्येकाच्या वाट्याला आयुष्यभर येणार. त्यांची हाताळणी कशी करायची हे दुसरी कुठचीही शक्ती किंवा व्यक्ती ठरवणार नसते. ते तुम्ही स्वतःच ठरवायचं असतं. त्यासाठी त्या गोष्टींच्या सगळ्या अंगांचा अभ्यास स्वतःलाच करावा लागतो. त्या अभ्यासासाठी जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ लागते. म्हणजेच जीवनसाथ.

आठवडाभर प्रवासाला जायचं असलं तरी माणूस व्यवस्थित माहिती काढून तयारी करतो. विवाह हा तर जीवनभराचा प्रवास आहे. त्याची तयारी नको का करायला?

तत्त्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र या तीनही विषयांतल्या काही थिअरींचा मी अभ्यास केला. पण थिअरी आणि प्रॅक्टिस यांपैकी माझा ओढा प्रॅक्टिसकडे आहे. माझी सगळी शक्ती एकवटून त्या थिअरीज प्रॅक्टिसमधे आणण्याचा मी प्रयत्न केला आहे आणि त्यासाठीच हे पुस्तक लिहिलेलं आहे. मी म्हणतो त्याच्या बरोब्बर उलट दिशेनी प्रयत्न करणारे लोकही माझ्या व्यक्तिगत ओळखीचे आहेत. साहजिकच आमचे मतभेद आहेत, पण भांडण नाही, मैत्री आहे. या पुस्तकसंचातदेखील थिअरी अगदी अत्यावश्यक तेवढी

आणि अगदी शेवटी दिली आहे.

माझ्याकडे समुपदेशनाला येणाऱ्यांपैकी काही जणांनी समुपदेशनाचा छोटा कोर्सदेखील केलेला असतो. बहुतेकवेळा त्यात त्यांना फक्त थिअरी शिकवलेली असते, कारण तेवढंच त्या वेळेत बसतं.

असे लोक मला विचारतात, 'त्यांनी असं काहीतरी सांगितलं, पण ते आता तुम्ही सोपं करून सांगा.'

या पुस्तकसंचात मी अत्यावश्यक तेवढीच थिअरी सोपी करून दिली आहे.

बारा भागांचा मोठा पुस्तकसंच असल्यामुळे त्याची किंमतही एरवीच्या मराठी पुस्तकांच्या तुलनेत जास्त असणार. त्याला युक्ती अशी की, काही लोकांनी मिळून, गट करून पुस्तकसंच विकत घ्यावा आणि संग्रही ठेवावा. कुटुंबानी, एकत्र कुटुंबांनी, अभ्यासगटांनी, संस्थांनी, वाचनालयांनी पुस्तक विकत घ्यावं. एक सोपी महत्त्वाची गोष्ट सांगतो. सबंध पुस्तक सलग वाचावं अशी कोणाकडूनही अपेक्षा नाही. हा जीवनज्ञानकोश आहे. आयुष्याच्या त्या त्या अवस्थेत तो तो भाग वाचण्याचा उपयोग आहे. ज्यांना विवाह अभ्यास मंडळ चालवायचं आहे त्यांची गोष्टच निराळी. त्यांनी जरूर सबंध पुस्तक वाचावं.

पुस्तक मोठं असल्यामुळे लोक एक-एक करून स्वतंत्रपणे लेख वाचतील. त्यांच्यासाठी काही मजकूर निराळ्या प्रकरणात पुन्हा लिहावाच लागतो. जो कोणी सलग पुस्तक वाचेल त्याला ते खटकू शकेल. काय काय होतं ते बघूया आणि समोर येतील ते प्रश्न सोडवूया.

पुस्तकात काही मजकूर चौकटीत टाकलेला आहे, कारण तो जास्त महत्त्वाचा आहे. ज्यांना अगदी कमी वेळ असेल त्यांनी चौकटींमधला मजकूर वाचत जावं. खूप उपयोग होईल.

या पुस्तकातल्या सगळ्या मजकुराबद्दल पूर्ण एकमत, सहमती होणंच शक्य नाही. विरोधी प्रतिक्रियांची शक्यता जास्त आहे. सर्वसाधारण समाजाची विचारसरणी मला माहिती आहे. पण तरी सांगतो, विरोधी प्रतिक्रियांचंही स्वागतच असेल. अगदी व्यवस्थित स्वतःचा फोटो, माहिती आणि प्रतिक्रिया जरूर कळवा. त्यासाठी एक समितीही असेल. पुढची आवृत्ती प्रतिक्रिया देणाऱ्यांच्या माहितीसकट छापू की! आवृत्ती छोटी छापायची आहे. अगदी 200 पुस्तकांची. ती त्यासाठीच. पुढच्या आवृत्तीत प्रतिक्रिया घालायच्या तर ते काम लवकर व्हायला हवं ना!

●●●

2

कुटुंबातले आणि नवराबायकोमधले मतभेद म्हणजेच कौटुंबिक विसंवाद

1) प्रश्नाचा नेमका शोध आणि उपायाचा शोध

'अहो मी फार दुःखी आहे हो!
कुणीतरी माझ्या जोडीदाराला सुधारा की हो!
कुणीतरी माझ्या नातेवाइकांना काही सांगा.'

भारतातल्या सत्त्याण्णव टक्के विवाहितांच्या मनातलं हे वाक्य असतं आणि अर्थातच ते मोठ्यांदा बोलता येत नाही. त्यासाठी तर हा लेख आणि सबंध पुस्तक-संच आहे. विवाह अभ्यास मंडळ म्हणजे काय या विषयाच्या लेखाच्या आधी हा लेख घेतला असता तरी चालला असता. अविवाहित वाचक जरी हे पुस्तक वाचणार असला तरी ते वाचण्याचा हेतू भविष्यातलं वैवाहिक जीवन उरलेल्या तीन टक्क्यांत बसावं असा आहे. तत्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र या माझ्या अभ्यासाच्या तीनही विषयांत एक सांगितलं आहे, ती गोष्ट अशी-

'आपण कोणीही दुसऱ्याला बदलू शकत नाही, पण स्वतःला बदलू शकतो.'

आणखी एक महत्त्वाची गोष्ट मी शिकलेल्या व्यवस्थापनशास्त्रात सांगितली होती. एकूण सगळ्या प्राण्यांचे, माणसासकट सगळ्यांचे दोनच भाग असतात. एक भाग म्हणजे स्वतः. दुसरा भाग म्हणजे त्याखेरीजचे सर्व. त्याचंच तर व्यवस्थापन करायचं असतं.

नवरा किंवा बायको हे कितीही जवळचं नातं मानलं तरी ती व्यक्ती स्वतः-व्यतिरिक्तच्या दुसऱ्या गटातलीच असते.

नवराबायकोनी एकमेकांचं दिसणारं रूप बघितलेलं असतं आणि विचार करून तडजोड करून मान्यही केलेलं असतं. तरीही एरवी न दिसणाऱ्या रूपाबद्दल नंतर तक्रार असू शकते. पोषाख उतरवल्यानंतर शरीराबद्दलच्या आधी न कळलेल्या गोष्टींबद्दल तक्रार निर्माण होऊ शकते. ती इतर कोणाला सांगता येत नाही. काही लकबी नंतर कळतात त्याबद्दल अडचणी येऊ शकतात. पोषाखाच्या खऱ्या कल्पना नंतर कळल्यामुळे मतभेद निर्माण होऊ शकतात.

यातल्या शारीरिक व्यंग, व्याधींबद्दल मानसशास्त्राच्या शाखा फारसं काही करू शकत नाहीत. 'सायकोसोमॅटिक' म्हणजे मानसिक-शारीरिक व्याधी खूप वेळा असतात. त्यावर इलाज सापडू शकतो, पण बऱ्याच खटपटीनी. लकबी, पोषाखाच्या चुकीच्या सवयी, केशरचना यांच्यावर समुपदेशनानी इलाज निघू शकतात. हे माहिती नसतं ही मुख्य अडचण असते.

लग्नापूर्वी आणि लग्नानंतरही काही काळ नवराबायको दोघंजण एकमेकांना अजमावत असतात. त्या काळात चालू असतो तो नुसता संवाद. जेव्हा एकमेकांबद्दल विश्वास निर्माण होतो, जबाबदारीची जाणीव विकसित होते तेव्हा 'सुसंवादा'ला सुरुवात होते.

कुटुंबातल्या लोकांच्यात, त्यातही नवराबायकोच्या वागणुकीत एकमेकांना सांभाळून घेणं अपेक्षित असतं. चुकीची वागणूक असून सुद्धा त्याबद्दल शक्यतोवर खाजगीत बोलणं, परक्यासमोर उघडं न पाडणं अपेक्षित असतं, तसं पथ्य कोणी सांभाळलं नाही तर विसंवाद निर्माण होतो.

एक गोष्ट तर नक्की आहे. व्यक्ती, कुटुंब, आसपासचा समाज, अनोळखी पण सत्ताधारी सामाजिक घटक, जगभर चालू असलेल्या चांगल्या-वाईट घटना या सगळ्यांचा एकमेकांवर सतत परिणाम होत असतो. त्या कशाचाही अभ्यास आपण 'ऑप्शन' ला टाकू शकत नाही.

माझ्या आधीच्या पिढीतले फार लोक आता हयात नाहीत. पण जीवनसाथच्या अगदी सुरुवातीला त्यापैकी काही लोक भेटायचे. त्यांना विचारलं की त्यांच्या दृष्टिकोनातून वैवाहिक सुसंवादातली मुख्य गोष्ट काय, तर सगळ्या स्त्रिया आणि सगळे पुरुष एकच उत्तर द्यायचे– 'ॲडजस्टमेंट'. पुढे फारसं काही बोलायला ते तयार नसायचे. ही ॲडजस्टमेंट कोणी करायची असं विचारलं की पारच गप्प

बसायचे. त्यांनी न दिलेलं उत्तर एकच असायचं, 'बायकोनी ॲडजस्ट करायचं.'

खरी गोष्ट अशी आहे की, कोणीही एकच एक जोडीदार कायम 'ॲडजस्ट' करत राहू शकत नाही. तशी परिस्थिती असली तर केव्हातरी त्याचा उद्रेक होतो. असा स्फोटही शक्य नसला तर निराशेचा तीव्र झटका येऊ शकतो.

मी म्हणतोय् त्या पिढीत नीरस संसारांचं प्रमाण फार होतं. त्याचे परिणाम पुढच्या पिढीवर झाले आणि तीच रसहीनता पुढच्या पिढ्यांच्यातही पोहोचलेली सापडते हे दुर्दैव आहे.

स्वतः विचारपूर्वक स्वतःच्या स्वभावाचा अभ्यास करायचा. दुसऱ्याचा स्वभाव समजावून घ्यायचा. जोडीदाराची निवड करताना इतरांशी चर्चा करायची पण निर्णय स्वतःच घ्यायचा. म्हणजे लग्नानंतरचे ताण, भांडणं, घटस्फोटांचं प्रमाण हे सगळं कमी होणारच होणार. लग्नाआधी हा विवाह अभ्यास नाही जमला तरी अजून काही बिघडलं नाही. कारण 'विवाहांचं बिघडलेलं यंत्र इच्छा असली तर कुठच्याही अवस्थेत दुरुस्त करता येतं.'

समाजरचना गेली हजारो वर्षं बदलतच आली आहे हे इतिहासावरून आपल्याला माहिती आहे. पण विशेषतः गेल्या 25 वर्षांत कॉम्प्युटर, इलेक्ट्रॉनिक्सच्या शोधामुळे जे बदल झाले त्या बदलाचा वेग मानवजातीला झेपला नाही. सबंध जग त्यात भरडलं. अर्थात भारत, महाराष्ट्र त्याला अपवाद कसा असेल?

विवाहसंस्था या परिस्थितीत तशीच राहिली असती तर ठीक होतं. पुरुषाची भूमिका थोडीशी बदलली, पण त्यामानानी स्त्रीची भूमिका फार प्रमाणात बदलली आणि गुंतागुंतीची झाली. त्याचा अभ्यास करणं भागच पडायला लागलं.

खुद्द माझ्या आणि शोभाच्या आयुष्यात आम्हाला या अभ्यासाची मदत झाली. मी पुरुष म्हणून मुळातच श्रेष्ठ असं मी मानत नाही, पण तरीही काही गोष्टी सवयीनी माझ्या अंगी बऱ्यापैकी भिनलेल्या होत्या. त्या गोष्टी मी काढून टाकल्या, तर आमची मैत्री होईल आणि बायकोशी मैत्री झाल्यामुळे स्वास्थ आणि शांती मिळेल आणि शेवटी माझा फायदाच होईल हे जास्त जास्त स्पष्ट झालं. मला पटलेलं एक मूलभूत सत्य सांगतो, कुठच्याही दोन माणसांच्या नात्यात वरिष्ठ-कनिष्ठ असा भेद गृहीत म्हणून धरलेला असतो, तेव्हा त्यांची मैत्री होऊ शकत नाही. शिक्षक-विद्यार्थी, मालक-नोकर, मालक-भाडेकरू, तसेच पालक-पाल्य या नात्यात मैत्री यायची असेल तर खूप विचार आणि परिश्रम आहेत. पुरुष पालक म्हणून स्वतःला 'पोशिंदा' समजलं की मैत्री शक्य नाही.

मी मुलांना जन्म दिला कारण मुलं व्हावीत ही माझी इच्छा आणि गरज होती हे कळलं तर मुलांशी मैत्री शक्य आहे. त्यामुळे मुलांचं पालनपोषण म्हणजे उपकार नाहीत हे पक्कं कळलं तर मैत्री जमेल. त्याच भावनेनी आपण बायकोशी चांगले वागलो, पण उपकार म्हणून नाही, तर बायकोशी मैत्री होईल आणि 'यंत्रदुरुस्तीला' सुरुवात होईल.

मैत्रीची एक व्याख्या अशी केलेली आहे. 'कसल्याही अटी नसलेलं नातं.' यावर प्रत्येकानी जरा विचार करून पाहावा.

नवराबायकोमधे गैरसमजुती होण्याचं प्रमाण सुरुवातीला खूप आणि हळूहळू कमी कमी होत जातं. त्याशिवाय एखाद्याच्या अनेक गोष्टी लक्षातच येत नाहीत अशी तक्रार असते. तो प्रश्न कामातल्या, नोकरीधंद्यातल्या बुद्धिमत्तेचा नसतो. भावनांकाचा असतो. तो प्रयत्नानी काही प्रमाणात बदलू शकतो. बहुतेक संसारांच्यात पुरुष जरा कच्चा असतो. भावनांक किंवा इमोशनल कोशंट म्हणजेच ई.क्यू. याबद्दल या पुस्तकसंचात स्वतंत्र लेखच आहे. लोकांचा हेतू वाईट नसतो, पण त्यांना सुचतच नाही ही अडचण असते.

मानसशास्त्रातला एक अगदी महत्त्वाचा विचार मांडतो–

प्रत्येक व्यक्ती ही एकमेव असते. व्यक्तीच्या या एकमेवपणाचे गुण विचारात घेतले पाहिजेत. या एकमेवपणामुळेच व्यक्ती इतर व्यक्तींपेक्षा वेगळी असते. हाताच्या बोटांचे ठसे जगातल्या प्रत्येकाचे निराळे असतात एवढं आपल्याला माहिती आहे. त्याचप्रमाणे स्वभावातल्या गुणदोषांचं विशिष्ट मिश्रण म्हणजेच त्या माणसाचं व्यक्तिमत्त्व एकमेवच असतं.

व्यक्तींमधे भिन्नता असतेच. प्रत्येक व्यक्ती जशी एकमेव असते, तशी ती इतरांपेक्षा भिन्नही असते या तत्त्वानुसार व्यक्तिगत गुणमापनात विशेष बुद्धिमत्ता, कौशल्य आणि अभिरुची हे गुण ओळखले पाहिजेत. तसंच एका क्षमतेवरून इतर क्षमतांचं सामान्यीकरण करता कामा नये. उदा. जो गणितात हुशार, तो इतर विषयांतही हुशार असतोच असं नाही, पण दुसऱ्या कशात तरी हुशार असण्याची शक्यता असते. खरं म्हणजे प्रत्येक जण कमी-जास्त प्रमाणात बहुगुणी (मल्टिपल इंटेलिजन्स असलेला) असतोच. तो गुण इतरांना जाणवण्याजोगा असतो का नसतो हाच प्रश्न असतो.

नवराबायकोत विसंवाद निर्माण होतो तो अकस्मात होत नाही. एखादा प्रसंग असा घडतो की त्यामुळे तो विसंवाद अकस्मात कळतो हे शक्य असतं.

विसंवादाच्या विकाराची सुरुवात आधीच झालेली असते आणि अगदी नेहमी फक्त एकाची चूक कधीच नसते.

वैवाहिक विसंवादाचा एक नमुना मुद्दामून बघूया.

आपला सामाजिक दर्जा वाढावा, आपली चांगल्या लोकांशी ओळख व्हावी या विचारांमुळे एखादा पती क्लबमधे जात असेल. पण आपल्या पतीचं लक्ष संसारापेक्षा इतर गोष्टींकडे जास्त आहे, दारू पिणं, मजा करणं यात त्याला रस आहे असं पत्नीला वाटत असेल, तर दोघांमधे समस्या निर्माण झाली नाही तरच नवल!

आणखी एक उदाहरण सांगतो, रात्री शिजवलेलं अन्न शिल्लक राहू नये म्हणून सतत सांगणारी सासू त्रासाची वाटते. शिळं अन्न खाऊ नये, अन्न वाया जाऊ नये ही तिची तळमळ. पण सुनेला ते पटेलच असं नाही. 'माझी सासू सतत लुडबुड करते, मला स्वयंपाकाविषयी समजत नाही का?' असं सून म्हणू शकते. दोघींच्याही संवेदनप्रक्रियेत फरक असल्यामुळे त्या दोघींमधे मतभेद निर्माण होतात.

दोघींपैकी कोणीच वाईट किंवा दुष्ट नसूनही प्रश्न समोर येतोच.

अस्वस्थ वैवाहिक आयुष्यामुळे माणसात गंड तयार होतो. ती व्यक्ती आपल्या प्रश्नांविषयी, हळूहळू कशाविषयीच फारसं बोलेनाशी होते किंवा दुसरं टोक गाठते. स्वतःच्या प्रश्नांविषयी सगळ्यांशी आणि सतत बोलत सुटते. यांपैकी काहीही असलं तरी अडचणीच निर्माण होतात.

मुळात दोन माणसांच्या अनेक संदर्भांतल्या अग्रक्रमात फरक असतो. एकाला एक गोष्ट महत्त्वाची वाटते, तर दुसऱ्याला दुसरं काहीतरी जास्त महत्त्वाचं वाटतं. त्यामुळे विसंवाद होतो.

●

2) विवाहाच्या इतिहासात आणि तत्त्वज्ञानात काय सांगितलंय

विवाहाच्या इतिहासात पूर्वी लोक गुहेत, झाडावर, उघड्यावर गटानी राहायचे असे उल्लेख सापडतात. पैशाचा शोधच लागला नव्हता त्यामुळे धन म्हणजे पशू, गाय-बैल, बकऱ्या हेच धन, आणि मूल्यवान वस्तू म्हणजे तूप. तूप ही टिकाऊ आणि औषधी वस्तू म्हणून मानली होती.

मानवी मूल इतर प्राण्यांप्रमाणे जन्मतः स्वावलंबी नाही. इतर प्राणी जन्मतः शरीरानी खूप विकसित अवस्थेत असतात. विकासाचं प्रमाण कमी-जास्त असतं. मानवी मूल परावलंबी, पण मोठं झालं की इतर प्राण्यांच्या तुलनेत बुद्धिमान असतं. मातृत्वाला त्यामुळे खूप जास्त महत्त्व आहे. पितृत्वावर मानवाला हजारो वर्षं काम करावं लागलं, अगदी पिता कोण हे शोधण्यासाठी देखील. त्यामुळे पिता आणि माता यांच्या विकासकाळातच खूप फरक आहे.

जगाचा बदलण्याचा वेग अफाट आहे. विवाह संस्था अस्तित्वात तर आहे. या बदलाच्या वादळात त्यातल्या नियमांचं, संकेतांचं काय होणार याबद्दल सगळ्यांना जगभर कुतूहल आहे. त्यामुळे जगभर विवाहाचा अभ्यास सुरू आहे.

विवाहाच्या इतिहासात अनेक चर्चापीठं विवाह या कल्पनेबद्दल प्रयोग आणि चर्चा करत होती. एका टप्प्यात विवाह एकपत्नीत्वापर्यंत पोचला. त्यापुढचा खूप महत्त्वाचा टप्पा म्हणजे गर्भनिरोधक साहित्य. त्यामुळे खरी क्रांती झाली.

'मेन आर फ्रॉम मार्स अँड वीमेन आर फ्रॉम व्हीनस' हे पुस्तक तुमच्या संग्रहात असेल, वाचलं असेल, ऐकलं असेल. त्यातला मुख्य मुद्दा एवढाच आहे की, स्त्री आणि पुरुष शरीरानीच नाही तर मनानीही निराळेच असतात. मला स्वतःला वाटतं की शरीरांनी स्त्री-पुरुष निराळे आहेत या कारणामुळे काही बदल त्यांच्या मनोवृत्तीत तात्पुरत्या काळासाठी होतात. बाकी विचार-भावनांच्या क्षमतेत फरक नसतो. जो असतो तो शेकडो, हजारो वर्षांच्या पुरुषप्रधान परंपरेमुळे झालेला आहे. या सगळ्यामुळे संसाराच्या बाबतीत बहुतेक पुरुष दुराग्रही असतात, असं दिसतं.

माणसाच्या मनात आपल्या पूर्वजांविषयी उत्सुकता, स्वारस्य, ज्ञान मिळवण्याची इच्छा असते आणि आपला वंश चालू ठेवण्याचीही तीव्र इच्छा असते. इतर प्राणी

आणि मानव यांत हा एक मुख्य फरक आहे. त्यामुळे माणसाला मुलं हवीत. त्यासाठी ठरलेली एकच बायको पाहिजे. म्हणून विवाह ही कल्पना निघाली. गेल्या अनेक वर्षांच्या सामाजिक बदलांच्यात स्त्री-पुरुष संबंधात प्रामाणिकपणाची कल्पनाच बदललीय. पूर्वीच्या कल्पनेत शारीरिकच काय मानसिक व्यभिचारसुद्धा पाप मानलं जायचं. पूर्वी म्हणजे माझ्या आधीची पिढी, 50 वर्षांपूर्वीचा काळ. कारण काहीशे, काही हजार वर्षांपूर्वी फारच निराळ्या गोष्टी होत्या. तर मुद्दा असा की, 50 वर्षांपूर्वी प्रामाणिकपणाच्या कल्पनेत आणि आताच्या कल्पनेत फरक असा की, मानसिक व्यभिचार दोघंही जोडीदार लपवत नाहीत. अमुक स्त्री मला आवडते असं पुरुष बायकोला म्हणू शकतो. स्त्री पण अमुक पुरुष मला आवडतो असं म्हणू शकते. थोडक्यात 'जे नैसर्गिक आहे त्याला मान्यता' या प्रवासातला एक टप्पा समाजातल्या काही आधुनिक लोकांनी मान्य केला आहे.

विवाह आणि तत्त्वज्ञान या विषयाचा मी अभ्यास करायला लागलो, तेव्हा लक्षात आलं की वैविध्य चांगलं का वाईट हे ठरवणं ही खूप गुंतागुंतीची निर्णय-प्रक्रिया आहे. कुठचीही गोष्ट जास्त झाली की त्याचा कंटाळा येणं नैसर्गिक आहे. खेळ फार झाला की विश्रांती हवीशी वाटते. फार वेळ बसलं की येरझारा घालाव्याशा वाटतात. प्रवास फार झाला की केव्हा एकदा घरी जाईन असं होतं. जवळजवळ प्रत्येक गोष्टीचं जर असंच असतं तर विवाह हे दोन व्यक्तींवरचं अनैसर्गिक बंधनच नाही का? बदल चांगला वाटतो आणि हवासा वाटतो या कल्पनेचा पुढचा भाग म्हणून नवरा किंवा बायको बदलणं असा तर्कानी विचार करणं भाग पडतं. तिथे मात्र भारतीय संस्कार गप्प बसायला सांगतात, विचार रोखायला भाग पाडतात. हा असा विचार, यांतले अनेक प्रयोग समाजानी करून बघितले आहेत.

या सगळ्या वैविध्याच्या प्रयोगांच्यात इतर अनेक वस्तूंबद्दल माणूस स्वामित्वाची तीव्र भावना बाळगतोच, पण व्यक्तींबद्दलही बाळगतो. अमुक जमीन मालकीची, घर मालकीचं, प्राणी मालकीचे असं असल्यामुळे त्यांची खरेदीविक्री सहज मान्य होते. गुलाम पुरुष, स्त्रिया यांचीही विक्री पूर्वी होत असे, पण आता कायद्यानी तसं करता येत नाही. एके काळी बायको विकण्याचीही प्रथा होती, पण मुलं विकायची समाजाची तयारी नव्हती. बायकांनी नवरा विकला असं तर अजिबात कधी नसायचं. पुरुषाच्या बायकोबद्दलच्या स्वामित्वाच्या कल्पनेमुळे अजूनही, खूप पुरुष म्हणतात की घराबाहेर ते सर्व त्रास सोसायला तयार आहेत,

पण घरी बायकोनी त्यांच्या मनाजोगंच वागलं पाहिजे. बाहेर काम करणाऱ्या स्त्रीला मुळात हे एवढ्या प्रमाणात आणि एवढ्या तीव्रतेनी वाटत नाही, वाटलं तरी ती तसं म्हणत नाही.

असं चुकीचं वागणाऱ्या पुरुषांविषयी चौकशी केल्यावर बहुतेक वेळा असं आढळलं की त्यांचं लहानपण सुखात गेलं नव्हतं. त्यांच्या डोक्यात त्यामुळे स्वामित्वाच्या कल्पना फार तीव्र होत्या.

याबद्दल सध्याच्या काळातलं एक उदाहरण घेऊ.

दुसरा आपल्या मनाप्रमाणे किंवा सवयीप्रमाणे वागत नाही म्हणून एकजण त्याला जर सतत अपराधी भावना देत असेल तर त्याचा परिणाम काय होत जातो? केवळ आपल्या मनाप्रमाणे असा प्रश्न नाहीय् समजा. पण खरोखरच अयोग्य, असभ्य आणि अपमानकारक वागण्याची एकाला जन्मजात सवय आहे, तर दुसऱ्यांनी ती योग्य कशी मानावी? उदा. काही कल्पना न देता अकस्मात झोपी जाणं. अशा प्रत्येक विषयाचा, म्हणजे योग्य-अयोग्य, दुसऱ्याची पर्वा, यांचा विचार आणि निर्णयप्रक्रिया 'विवाह आणि तत्त्वज्ञान' या लेखात दिली आहे.

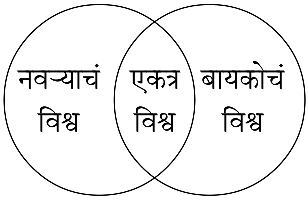
डॉ. ह. ना फडणीसांच्याकडे आम्ही विवाह आणि तत्त्वज्ञान शिकायला जायचो. ते एकदा आम्हाला सांगत होते, 'आमच्या लग्नाला 25 वर्षं पूर्ण झाली तेव्हा आम्ही महाबळेश्वरला गेलो. मी पत्नीला म्हटलं, 25 वर्षांपूर्वी आपण विवाहबद्ध झालो. आज विवाहमुक्त होऊया. एकमेकांवर बंधनं घालायची नाहीत. या स्वातंत्र्यातून आपण जवळ येऊ. लग्नात जर रोज डिव्होर्स झाले तर खरा डिव्होर्स होण्याची वेळच येणार नाही. रोज लग्न करावं. वेगळं व्हावं.'

इथे लग्न हा शब्द लग्नसमारंभ किंवा मधुचंद्र या अर्थानी वापरलेला नाही. 'बंधन' या अर्थानी ते म्हणाले होते. डिव्होर्स म्हणजे बंधन काढून टाकणं असा अर्थ होता.

अशीच रोज घटस्फोट घेण्याची कल्पना आचार्य रजनीशही मांडायचे. मला अशी काही जोडपी माहीत आहेत की ती व्यवसायात भागीदार असल्यामुळे दिवसरात्र एकत्र असतात. त्यांना एकमेकांचा कधीकधी कंटाळा येतो. एकीचं तर एकोणिसाव्या वर्षी लग्न झालं आणि तिला अडतिसाव्या वर्षी संसाराचा उबग आला.

माझं आणि शोभाचं काम निराळं, अनुभव निराळे, प्रश्न निराळे त्यामुळेच संसारात रस शिल्लक राहतो असं मला वाटतं. ही गोष्ट वर्णन करण्यासाठी

मानसशास्त्रातली एक प्रसिद्ध आकृती खाली देतो.



असं असलं तरच संसाराची भट्टी नीट जमते.

पूर्वीच्या पारंपरिक संसारात बायकोचं निराळं विश्वच नसायचं. आधुनिक संसारात ते शक्य आहे. एकरूप होण्याचा प्रयत्न केला, तर विसंवाद ठरलेलाच आहे.

दुसरा एक डॉ. फडणीसांचाच मला भावलेला विचार त्यांच्या शब्दांत सांगतो,

‘माझं शरीर, मी सुंदर, चांगलं ठेवलं पाहिजे.
माझं इतरांशी नातं चांगलं असलं पाहिजे.
माझं काम मी चांगलं केलं पाहिजे.
माझ्या हातात आजच आहे
उद्या आहे की नाही कुणास ठाऊक !

मला ‘आज’ याचं खूप महत्त्व वाटतं. इतिहास सांगतो की भूतकाळ आणि भविष्यकाळ यात माणूस रमतो, पण वर्तमानकाळाचा पुरेसा अभ्यास करत नाही. तिथेच सगळा घोटाळा होतो.’

●

3) कौटुंबिक विसंवाद या विषयातली आकडेवारी

भारतात सामाजिक कामांसाठी फंडिंग असतं. त्यातलं बरंचसं परदेशातून मिळालेलं असतं. सर्वेक्षणासाठी अगदी थोडं फंडिंग मधूनमधून असतं. संशोधनासाठी जवळजवळ नाही म्हणलं तरी चालेल. फंडिंग नाही म्हणजे संशोधन नाही हे ओघानीच आलं. विवाहाबद्दलच्या संशोधनाचीही तीच गत आहे.

यू.एस्.ए. मधे माझ्या मधूनमधून खेपा असतात. सहा-सात वर्षांपूर्वी एका अमेरिकन मॅगझिनमधे जागतिक पातळीवर सुखी विवाहित जोडप्यांबद्दलचं संशोधन प्रसिद्ध झालं होतं. मधल्या काळात हे आकडे बदलले असतील, पण तेव्हाचे आकडे सांगतोय. यू. एस्. ए., युरोप आणि भारत यांमधे मला जास्त माहिती आणि रस असल्यामुळे ते आकडे माझ्या लक्षात राहिले. युरोपातली 55% लग्नं अयशस्वी आहेत. थोडक्यात बिघाड झालेली यंत्रं आहेत. यू.एस.ए.मधे 67% विवाह बिनसलेले आणि भारतात सत्याण्णव टक्के लोकं अस्वस्थ वैवाहिक आयुष्य जगतायत. कुटुंबसंस्था पाश्चात्त्य जगात एवढ्या वाईट अवस्थेत असताना हे आकडे कसे हा प्रश्न पडेलच. त्याचं उत्तर असं की, युरोप आणि अमेरिकेत एकमेकांशी जमत नसलं तर लोक घटस्फोट घेऊन मोकळे होतात. घटस्फोटित लोक या आकडेवारीत येत नाहीत. भारतात लोकं एकमेकांना सहन करत आयुष्य काढतात, पण शक्यतोवर घटस्फोट टाळतात. ती सगळी संख्या या सत्याण्णव टक्के मधे येते.

सध्या परिस्थिती अशी आहे की, मुलांसकट एखादी बाई एकटी राहू शकेल अशी वसतिगृहं जवळजवळ अस्तित्वात नाहीत. नवऱ्याशी पटत नाही, नवरा नाकर्ता, बेपर्वा, बाहेरख्याली अशा कारणांमुळे अनेक स्त्रियांना घटस्फोट घ्यायचा असतो, पण राहण्याची जागा नसल्यामुळे त्या मुलांसकट नवऱ्याच्या घरात राहतात. अशा विस्कटलेल्या संसारांची त्या आकडेवारीत नोंद होत नाही.

शिवाय भारतातल्या शहरी झोपडपट्ट्यांचाही या आकड्यात समावेश होतो. बहुतेक केवळ मध्यमवर्गीयांचा स्वतंत्र अभ्यास केला तर अस्वस्थ विवाहांचं प्रमाण 97% पेक्षा बरंच कमी असू शकेल. मला जमेल तेव्हा मी हे काम जरूर करीन. अगदी सुरुवातीला सत्त्याण्णव टक्केचा अर्थ सांगायचा राहिला होता तो

असा. अशा विवाहांना नीरस किंवा मृत विवाह असा चक्क शब्द वापरतात. असे मेलेल्या विवाहातले मेलेला संसार ओढणारे लोक बघाल तिकडे दिसतील. त्यासाठी तर आपण हाच मुख्य प्रश्न मानून याच्यावर उपाय शोधण्यासाठी 'जीवनसाथ'चं काम करतो आहोत.

●

4) विचार, भावना यांचे गट आणि नवरा-बायकोचं नातं

जोडीदार ठरवण्यापूर्वी आपल्या-आपल्या मूल्यांविषयीची तपासणी करता आली तर छान. लग्नानंतर एकमेकांशी छान जुळतं आहे असं आढळलं तरी दोघांच्या वागणुकीच्या तपशीलांमधे फरक असतोच. दोन्ही कुटुंबांच्या जीवनपद्धती योगायोगानी अगदी सारख्या आढळतील ही गोष्ट अशक्यच आहे. प्रत्येकाच्या आयुष्यभरातले विचार आणि भावनांचे एकूण फक्त तीन गट असतात, त्यांपैकी पहिला गट म्हणजे मानवी नाती. त्यात खासकरून स्त्री-पुरुष नातं जपण्याविषयीची समज. सर्व स्त्रिया आणि सर्व पुरुष यांच्यामधलं निसर्गसुलभ आकर्षण मान्य करूनही त्या नात्यातला संयम, तीव्रता, आदरयुक्त मैत्री, कलात्मकता या सगळ्याचा योग्य समतोल आवश्यक असतोच. सगळे पुरुष सगळ्या स्त्रियांसाठी आकर्षक बनण्याचा प्रयत्न करणारच. सगळ्या स्त्रिया सगळ्या पुरुषवर्गाच्या नजरेला आकर्षक दिसण्याचा, वागण्याचा प्रयत्न करणारच आणि तरी विवाहित दांपत्यांना एकमेकांची मनं सांभाळण्यासाठी संयम बाळगावाच लागतो. याची समज उपजत असूही शकते. नसतेही काहींना कधीकधी. कित्येकदा ही समज मुळात कमी असूनही विवाहानंतर एकमेकांच्या समृद्ध सहवासामुळे निर्माण होऊ शकते. असं नाही झालं तर मात्र त्यावरून भांडणं होणारच. नवऱ्याची इतर स्त्रियांशी असलेली सलगी बायकोला खुपणार. नवऱ्याला बायकोची इतर कोणाशी मैत्री जास्त असल्याबद्दल राग येणार.

नवऱ्याबरोबर जाण्याऐवजी बायको दुसऱ्याच कुठल्यातरी मित्राबरोबर सहलीला, सिनेमानाटकाला गेल्यामुळे अनेक नवराबायकोत रुसवा-फुगवा होतो. नवरा कामानिमित्त सारखा बाहेरगावी जात असला, त्यात कामावरल्या स्त्री-सहकाऱ्याबरोबर जात असला की त्यावरून धुसफुस होते. खरोखरचं विवाहबाह्य प्रेमप्रकरण असलं तर गोष्ट निराळी, पण तसं काही नसेल तर सर्वांत सोपा मार्ग म्हणजे नवरा-बायको दोघांनी असा प्रसंग निर्माण होऊ नये म्हणून कायम काळजी घ्यायला हवी. कारण त्यावरून छोटी-मोठी, तात्पुरती, टिकाऊ भांडणं होणारच. स्त्री-पुरुष आकर्षण यातून जन्मलेली भांडणंच काय युद्धंही इतिहासात सापडतील.

नवरा इतर कुणा स्त्रीशी मैत्रीनी वागला किंवा बायकोची इतर कुणा

पुरुषाशी मैत्री झाली तर एवढी अस्वस्थता का येते? ह्या घटनेकडे कसं पाहायला हवं? जास्त परिपक्व जोडप्यांना खरोखरच आपल्या नवऱ्यानी किंवा बायकोनी आनंदासाठी दुसऱ्याशी मैत्री केलेली चालते का? शारीरिक संबंधही त्यांना चालतात का? असे प्रश्न उपस्थित होतात. त्या विषयावरच्या प्रयोगात यू.एस.ए. देश सर्वांत पुढे आहे. अशा प्रयोगांवर लिहिलेलं 'लव्ह दाय नेबर्स वाइफ' हे पुस्तकही जरूर वाचावं. याचं थोडक्यात उत्तर परपुरुष किंवा परस्त्रीशी लैंगिक संबंध चालत नाहीत असंच आहे.

अगदी आमच्या जवळच्या नात्यात सख्ख्या मेव्हण्याच्या बायकोशी लगट करण्याचा प्रयत्न करणाराही माणूस होता. आम्ही पुढे त्याच्याशी काही संबंध ठेवले नाहीत. पण वूमनायझर म्हणून कीर्ती ऐकून आहोत.

असं वागणाऱ्या लोकांचा त्यांच्या मुलांवर खूप वाईट परिणाम होतो. प्रत्येक व्यक्तीला न्यूनगंड, अहंगड या दोन्ही गोष्टी असतात हे मान्य आहे, पण अशा परिस्थितीत वाढलेली मुलं दोन्ही प्रकारच्या गंडांनी जवळजवळ ॲबनॉर्मल अवस्थेत पोचलेली आढळतात. आई-वडिलांनी आपल्या मुलांबद्दल हा विचार करणं हे त्यांचं कर्तव्य आहे.

काही लोकांना स्वतःचे अत्यावश्यक विधी आवरायला एवढा वेळ लागतो की स्वतःची कामाची जबाबदारी आणि झोप यातच त्यांचा दिवस संपून जातो. जोडीदार, मुलं, नातेवाईक यांच्यासाठी त्यांच्याकडे वेळच उरत नाही. यावर त्यांनी इलाज शोधला नाही तर काय परिणाम होणार ते सरळच आहे. जोडीदाराच्या मनाचा विचार करायला त्यांची एनर्जीच कमी पडते. 'जोडीदाराच्या मनाचा विचार' हा तर विवाहाचा मुख्य अर्थ आहे. त्यातच अडचण असली तर भांडणं होणारच.

मघाशी म्हणालो तसे एकूण विचार भावनांचे 3 गट असतात.

1) नातेसंबंध. त्याविषयी आत्ता आपण बोललो. 2) पैशांबद्दल विचार आणि 3) आत्मसन्मान.

दोन संपूर्ण भिन्न विचारगटातले नवराबायको असले, तर त्यांच्यातल्या संबंधाचं वर्णन असं असतं–

तो तिच्यासाठी बरंच काय काय करतो पण त्याची तिला किंमत नसते, तीही त्याच्यासाठी काय काय करत असते पण त्याला त्याची किंमत नसते.

याबद्दल पुढे सविस्तर बोलणार असल्यामुळे एवढंच सांगून आत्ता थांबतो.

●

5) कुटुंबातली इतर नाती/एकत्र कुटुंब

मगाशी म्हणालो तसा भानगडबाज मेव्हणा क्वचित असतो. पण एरवी देखील मेव्हण्यामेव्हण्यांचं नातं दोन पुरुषांमधलं असल्यामुळे त्यामधे अनेक अस्वस्थतेचे धागे असू शकतात. त्यामधे अनादर, दुस्वास, स्पर्धा असे अनेक रंग असू शकतात. बहीण, मेव्हणा ही नाती जवळची असतात. पण संबंध मध्यम असतात असंच बऱ्याच ठिकाणी दिसतं. वागणुकीतले प्रसंग आणि मालमत्ता वाटपाचे तपशील या गोष्टी बरेच वेळा अडसर बनतात.

सासू-सुनेच्या नात्याला जसं साहित्यात, टी.व्ही. सिनेमात स्वतंत्र स्थान मिळालेलं आहे, त्याप्रमाणे त्याखालोखाल जावा-जावा, नणंद-वहिनी अशा स्त्रियांच्यातल्या नात्यांना मिळालं आहे. त्यात संघर्ष असतो म्हणून नाट्य असतं.

बहिणींचा भावांशी छुपा मालमत्ता संघर्ष असू शकतो. त्याच्या मागे लपलेला बरेच वेळा बहिणीचा नवरा असतो. शेवटी मेव्हणा-मेव्हणा हे नातं संघर्षमय बनल्याची खूप उदाहरणं सापडतात.

जावई-सासरा यांचेही फार गोडीतले मैत्रीचे संबंध क्वचितच आढळतात.

स्त्रियांच्यात सुद्धा नणंदा, भावजया-वहिन्या, जावा-जावा यांच्यात अशी गमतशीर गुंतागुंतीची नाती असू शकतात.

भावनिक सहजीवनाविषयी मुलांच्या बऱ्याचशा कल्पना बायको आपल्यासाठी काय करेल याबद्दलच्या असतात. मुली मात्र स्वतःविषयी, नवऱ्याविषयी आणि दोन्ही कुटुंबांबद्दल विचार करताना दिसतात. या प्रश्नाबद्दल अभ्यास मंडळात आम्ही सविस्तर बोलतो. समानतेचा, न्यायबुद्धीचा प्रश्न यात गुंतलेला असल्यामुळे त्याची सविस्तर चर्चा चालते.

बहुतेक कुटुंबामधल्या मुलग्यांना घरात सांगतात, 'तुझी बायको तुला जेवू घालेल.' मग मुलाचे जेवणाचे हाल होऊ नयेत म्हणून लग्न करायचा निर्णय झालेला असतो.

आणखी एक प्रश्न आहे. भारतीय समाजातला विवाह खरोखरच निव्वळ दोन व्यक्तींचा नसतो, तर दोन कुटुंबांसाठी महत्त्वाचा असतो. व्यक्तिवादाचं टोक गाठलं तरी घोटाळा आणि स्वत्व विसरून एकत्र कुटुंबाच्या फार भानगडीत

पडलं तरी पंचाईत अशी अवस्था होते. स्वार्थ आणि परार्थ याचा सुवर्णमध्य शोधायचा आणि तोही दोघांनी मिळून, हे शिकावंच लागतं.

कुटुंबातली सर्वसाधारण विचारसरणी अशी असते की, मूल झालं की त्याला वाढवताना अनेक माणसांची गरज असते. हे खरं असलं तरी लग्न झालेल्या नवरा-बायकोला मात्र वाटतं की तोपर्यंत इतर कोणी मधे नकोच. असा दुटप्पी विचार कसा चालेल?

मला असंही एक उदाहरण माहिती आहे की, दोन पुरोगामी कुटुंबांतल्या मुलामुलींची लग्न झाली. दोन्हीही विचारानी आधुनिक असल्यामुळे काही अडचण त्या कुटुंबांच्यात यायलाच नाही पाहिजे. तरी एक अडचण आली. दोन कुटुंबांच्यामधे मुलीकडचं कुटुंब जास्त पुरोगामी होतं ही गोष्ट मुलाकडच्या लोकांना पचत नव्हती. थोडासा प्रश्न आला पण शेवटी मध्य काढून प्रश्न सोडवता आला.

कौटुंबिक विसंवाद या विषयातलं सर्वांत गाजलेलं, सिनेमात, टी.व्ही. सीरियल्समधे, साहित्यात दिसणारं आणि प्रत्यक्षात अनुभवायला मिळणारं नातं म्हणजे सासू-सुनेचं नातं. इतर कौटुंबिक नात्यांचा आपण अभ्यास करणार आहोत पण सासू-सून नात्यानी सुरुवात करूया. नवराबायको स्वतंत्रपणी निराळ्या जागेत राहात असले तर निराळे प्रश्न असतात, पण सासू-सून हा रोजचा प्रश्न नसतो. सुरुवातीला आपण छोट्या एकत्र कुटुंबातले प्रश्न बघूया. या सगळ्या प्रश्नांच्यात ठिकाण कुठचं यावरही खूप अवलंबून असतं. मुंबईतलं उदाहरण असलं तर जागाच कमी पडत असते. त्याचे निराळे प्रश्न असतात. आपण ज्या मध्यमवर्गीयांचा अभ्यास करतो आहोत, ते मुंबईतल्या मध्यवस्तीमधे कमी जागेमुळे कायम कावलेले असतात किंवा लांबच्या उपनगरात जरा मोठी जागा घेऊन रोजच्या अनेक तासांच्या लोकलच्या प्रवासानी वैतागलेले असतात. पुण्यात हे प्रश्न असतात, पण जरा कमी प्रमाणात. महाराष्ट्रातल्या मध्यम-छोठ्या शहरांत जागा मुबलक असते, पण पारंपरिक विचारांचा पगडा प्रचंड प्रमाणात असतो. आपण प्रथम छोट्या एकत्र कुटुंबाची व्याख्या पक्की करूया. आई-वडील, आजी-आजोबा, एक-दोन मुलगे, एखादी लग्न झालेली किंवा अविवाहित मुलगी एवढे लोक साधारणपणे असतात अशी कल्पना करूया. अशा घरात लग्न होऊन राहायला गेलेली सून, सासू कधी शिकलेली, नोकरीतून निवृत्त झालेली किंवा निवृत्तीला काहीच वर्षं उरलेली.

अशा एकत्र कुटुंबातल्या बहुतेक सासवांचं मुलावर खूप प्रेम असतं आणि त्या मुलाचं आईवर तेवढं प्रेम नसतं. दोन्ही पालकांना हे मानसशास्त्रीय सत्य मान्यच करावं लागतं की पालकांचं मुलावर जेवढं प्रेम असतं त्या तुलनेत मोठ्या झालेल्या मुलाचं पालकांवर प्रेम नसतं. आपण आत्ता सासू-सुनेबद्दल बोलत असल्यामुळे सासूबद्दलच मुद्दा मांडतोय. मुलगा ही गोष्ट शब्दांत कधीच मांडत नाही. साहित्यामधे 'आई' नावाचा शब्द जेवढा मोठा करून ठेवलाय तेवढी अतिशयोक्त प्रेमाची भावना प्रत्यक्षात नसते. नाटक-सिनेमाचं तेच. मुलगा ही गोष्ट मान्य करत नाही. तसंच सासूही मान्य करत नाही. लग्न झाल्यावर सून घरात आली की 'आईपणा' च्या अतिशयोक्त कल्पनेतून 'सासू' नावाचं अतिशयोक्तीनी भरलेलं नातं निर्माण होतं.

पुढे मुलाचं आपल्या बायकोवर म्हणजे या सून नावाच्या व्यक्तीवर प्रेम बसतं. त्याला शरीरसुख देणारी ती एकमेव व्यक्ती असते याबद्दल तो कृतज्ञ असतो. मुलगा आणि सून यांचे संबंध सुरळीत आहेत अशी इथे आपण कल्पना करूया. त्यांचं लैंगिक, शारीरिक, भावनिक, आर्थिक जीवन स्वस्थ आहे असं धरून चालू. तरी त्यांचं एकमेकांवर लगेच प्रेम बसत नाही. पण हळूहळू तो मुलगा मनानी बायकोच्या जवळ आणि आईपासून दूर चाललेला असतो. आणि तिथेच सासू-सून कहाणीला सुरुवात होते. सून म्हणजे प्रेमाची वाटेकरी, मुलाला आपल्यापासून हिसकावून घेणारी व्यक्ती या दृष्टीनी सासू बघायला लागते. सासूची मुलावरची सत्ता संपते आणि अर्थात ती कुणामुळे? तर या मुलीमुळे. थोडक्यात हा थेट सत्तासंघर्ष असतो. मानसशास्त्राच्या दृष्टिकोनातून मुलाच्या स्वतःखालोखाल आई 2 क्र. ची प्रेमाची व्यक्ती असते, ती सुनेमुळे क्र. 3 वर ढकलली जाते.

याखेरीजही अनेक कारणं असतात. कधीकधी या सासूला तिच्या सासूनी वाईट वागवलेलं असतं. त्याचं उट्टं तिला काढायचं असतं. त्रास देण्यासाठी सुनेइतकी योग्य व्यक्ती कोण असणार? सगळ्या टी.व्ही. सीरियल्स या विषयात नवनवीन कल्पना सुचवायला असतातच की.

त्याशिवाय संस्कार नावाची एक मोठी गोष्ट कशी विसरता येईल? अनेक परंपरा पाळण्याचा पगडा आधीच्या पिढीवर असतोच. त्यामधून मुक्त असे थोडे लोक असतात. पण लाखात एक या प्रमाणात. त्यामुळे पारंपरिक आग्रह असलेली सासू आणि काही आधुनिक कल्पनांची ओळख झालेली सून यांचा

लढा सुरू होतो. याचा संबंध पिढीतल्या फरकाशीही असतो. जनरेशन गॅपची कारणं त्या काळच्या सामाजिक परिस्थितीत असतात. मधल्या काळात लागलेल्या शास्त्रीय शोधांमधे असतात. कारण काही असो, पण दोन पिढ्यांच्यातले संदर्भच निराळे असतात. त्याखेरीज दोन निराळ्या कुटुंबांतल्या पद्धती निराळ्या असतातच. 'एकत्र किंवा स्वतंत्र कुटुंबा'च्या लेखात याचे बरेच बारकावे दिले आहेत.

भारतीय पुरुषप्रधान संस्कारांमुळे कित्येक वेळेला असं आढळतं की, म्हाताऱ्या आई-वडिलांना सांभाळायला लग्न झालेल्या मुली नकार देतात. आई-वडील मुलाला गृहीत धरतात. मुलाबरोबर सुनेलाही गृहीत धरलं जातं आणि मुलगा-सून दोघंही ही गोष्ट मान्य करतात. जिथे सून ते मान्य करत नाही तिथे संघर्षाला सुरुवात होते.

त्या त्या कुटुंबाची स्वयंपाकाची काही विशिष्ट पद्धत असते. स्वतःच्या सवयीच्या सगळ्या चवी बदलून सासूबाईंच्या मनाजोगा स्वयंपाक करणं ही गोष्ट मुळात कठीणच. खरं तर कोणीही कसाही पदार्थ केला तरी चूक काढता येतेच. सासू-सून एकत्र किंवा आळी-पाळीनी स्वयंपाक करत असल्या तरी फरक पडतोच. त्यात सून नोकरी-व्यवसाय करणारी असली तर त्याचे ताण आणखीनच निराळे असतात. सुनेला वेळा सांभाळण्याची मोठीच कसरत करावी लागते. घरी पाहुणे आले की आणखीनच वाद होतात. नोकरी करणारी सून काही खाद्यपदार्थ बाहेरून मागवू म्हणायला लागली की त्याला विरोध होतो.

यापुढची पायरीही काही कुटुंबं गाठतात. घरामधे शिळं अन्न उरलं तर ते घरच्या सुनेनी खायचीच पद्धत असते. संघर्ष होईल नाही तर काय?

सासर कसं हा मुलीच्या दृष्टीनी जेवढा जुगार आहे तेवढाच सासरच्या दृष्टिकोनातून सून कशी हा जुगार असतो. एकत्र कुटुंबात सुनेचं आयुष्य खरंच कठीण आहे. पूर्वीच्या 20-25 माणसांच्या एकत्र कुटुंबात एक सून आली, तर तिच्यासमोर कमी आव्हानं असायची. पण सध्याच्या छोट्या एकत्र कुटुंबात म्हणजे 5-7 माणसांच्यात एकच सासू आणि सर्वाधिकारी असते. सर्वाधिकारी म्हणजे हुकुमशहाच की! संघर्ष ठेवलेलाच.

आणखी एक अडचण असू शकते. नवऱ्याला वाटतं सासू-सासऱ्यांशी फारसा संबंध नको. तसं प्रत्यक्षात होत नाही. शेवटी बायकोचे ते प्रियजन असतात. संबंध असणारच. गाठी पडणारच. ही गोष्ट पचनी पडली नाही की विसंवादाला सुरुवात होते.

एकत्र कुटुंबात जाणाऱ्या सुनेनी संसाराची सुरुवात करताना निदान कोणालाही दुखवायचं नाही एवढं ठरवावं.

प्रत्यक्षात इतरांना दुखवण्याचा अधिकार कोणालाच नसतो. त्यामुळे कुटुंबातल्या इतरांनीही सुनेला दुखवायचं नाही असा पक्का निर्णय घेऊन तो अमलात आणायला पाहिजे.

त्याचबरोबर जावयानी सासुरवाडीच्या लोकांशी त्याचप्रकारे वागावं याचाही आग्रह संपूर्ण कुटुंबानी धरायला हवा.

नवरा-बायको यांनी लग्नाआधी याबद्दल बोलायला हवं आणि बाकीच्या कुटुंबानीही त्याबद्दल मोकळेपणानी बोलावं.

सगळ्या गोष्टींना थोडा वेळ द्यावा.

पुढे हळूहळू एकेका प्रसंगानी एकेका माणसाची पारख होत जाते. हे सगळे प्रश्न त्या घरात लहान मूल आलं की निराळं वळण घेतात. त्या मुलाला, मुलीला वाढवायचं कसं हा एक मतभेदाचा विषय वाढतो. संस्कार करायचे पण नेमके कुठचे याबद्दल दोन पिढ्यांच्यात भरपूर मतभेद असतात. घरात एखादं परावलंबी, जास्त आजारी वृद्ध माणूस असलं तरी पूर्ण निराळी परिस्थिती असते. ही परिस्थिती नेमकी कशी हाताळायची याबद्दलची मतं दोन्ही पिढ्यांची निराळी असतात. या सगळ्याला स्वतंत्र कुटुंब हेही उत्तर असू शकतं. त्याचबरोबर ठरवून शेजारी दोन स्वतंत्र घरं घेणं असंही उत्तर असू शकतं. या प्रत्येक उपायात निराळ्या अडचणी असू शकतात. त्यातले फायदे-तोटे यासाठी जी कुटुंबचर्चा आवश्यक असते त्याचा सरासरी कुटुंबात पूर्ण अभाव आढळतो. या पुस्तक-संचात एकत्र-स्वतंत्र कुटुंब याबद्दल स्वतंत्र लेख असल्यामुळे त्याच्या तपशीलांविषयी नंतर बोलू.

सासू-सुनेचे खरोखर प्रेमाचे, आपुलकीचे संबंध असूच शकत नाहीत असं मी म्हणू शकत नाही, पण एक तर त्याचं प्रमाण फार कमी असतं आणि जो प्रश्न सुटलेलाच आहे त्याविषयी आपण आत्ता नाही बोललो तरी चालेल. मी आणि शोभानी शेकडो सुनांना, लग्न होऊन सासरी जाणाऱ्या मुलींना सांगितलंय की, सासू-सून यांची मैत्री अशक्य नक्कीच नाही, पण त्याचं पहिलं पथ्य म्हणजे नातं सावकाश तयार होऊ द्यावं, घाई करू नये. जोरात धावत जाऊन दोघींनी एकमेकींना मिठी मारायचा प्रयत्न केला तर टक्करच होणार. आल्यापासून सासूनी सुनेबद्दल 'ही माझी मुलगीच मानते मी', म्हणायचं, सुनेनी सासूला 'अहो

आई', म्हणायचं हे नुसतं देखाव्यापुरतं झालं. नवरा-बायकोमधे खरं प्रेम निर्माण व्हायला जिथे अनेक वर्षं जातात तिथे आल्या दिवसापासून सून मुलीइतक्या प्रेमाची व्यक्ती कशी बनेल? पूर्वीचं 'सासूबाई, मामंजी' – निदान खऱ्या भावनेप्रमाणे अचूक होतं. त्यापेक्षा नवऱ्याचं नाव अनिल असलं तर 'अनिलच्या आई' आणि बायकोचं नावं स्मिता असलं तर 'स्मिताच्या आई, स्मिताचे बाबा' अचूक पण आहे, पुरेसं आदरयुक्त आणि अंतर दर्शवणारं आहे. योग्य तेवढं अंतर ठेवणं हा कसबाचाच भाग आहे, आणि तो आवश्यक आहे.

मागे एका छोट्या गावात जीवनसाथनी कार्यशाळा घेतली तेव्हा जमलेल्यांना कुटुंबाच्या वातावरणाचं वर्णन करून त्याची यादी करायला सांगितली होती. अगदी सुरुवातीला 'घरात आईवडील, आजी, भावंडं आणि काका असतात', अशा वर्णनापलीकडे गाडी जाईचना. मग आम्ही आमच्या कुटुंबाचा प्रकार सांगितला. आणखी काही उदाहरणं सांगितली. मग जी यादी बनली ती अशी. अगदी आजदेखील अगदी पुण्यात, जर अभ्यास मंडळाशी काही संबंध आला नसेल तर या यादीचा उपयोग होईल. या यादीत जरूर वाढ करत जावी. ओळखीच्या अनेक कुटुंबांची वर्णनं थोडक्या शब्दांत पकडण्याचा खूप फायदा असतो. ती यादी सांगतो.

कुटुंबांचे, घरांचे प्रकार आणि वातावरण

पैशाला महत्त्व देणारं / न देणारं
सामाजिक कामाला महत्त्व देणारं / न देणारं
एकमेकांचं करणारं / अलिप्त
शिक्षणाला महत्त्व देणारं / न देणारं
परंपरापालन, कर्मकांडं करणारं / कर्मकांडविरोधी
देवधर्मात बुडलेलं / नास्तिक
संकुचित / उदारमतवादी
वागणुकीत बंदिस्तपणा / मोकळेपणा
दुर्जन / सज्जन
बौद्धिक, अभ्यासू / निर्बुद्ध
साधेपणा जपणारं / छानछोकीनी वावरणारं
काटकसरी / उधळेपणानी जगणारं

व्यसनी / निर्व्यसनी
जगाबरोबर / जगामागे / जगापुढे चालणारं
बोलकी माणसं / अबोल माणसांचं कुटुंब

आणखी एका निराळ्या दृष्टिकोनातून कुटुंबांच्या प्रकाराची वर्णनं करता येतील. तेही सरधोपट आहे, पण महत्त्वाचं आहे.

1) तीन पिढ्या एकत्र राहाणाऱ्यांचं खूप मोठं 50-60 माणसांचं एकत्र कुटुंब
2) दोन पिढ्यांचं 15-20 लोकांचं एकत्र कुटुंब
3) विभक्त कुटुंब – त्यात नवराबायको आणि मुलं मिळून 4-5 लोक.
4) एकच अपत्य असणारं विभक्त कुटुंब
5) मूल नसलेलं विभक्त कुटुंब
6) 1 किंवा 2 मुलं दत्तक घेतलेलं विभक्त कुटुंब
7) नवराबायकोपैकी एकाचा मृत्यू झाल्यामुळे एकच पालक आणि 1 मूल किंवा जास्त मुलं असलेलं कुटुंब
8) घटस्फोटानी विभक्त झाल्यामुळे एकच पालक आणि 1 मुलाचं कुटुंब
9) घटस्फोटानी विभक्त होऊन नवऱ्याकडे 1 मूल आणि बायकोकडे 1 मूल अशी व्यवस्था असणारं कुटुंब
10) नवरा किंवा बायको पळून गेल्यामुळे एकटा पालक आणि मुलं असं विभक्त कुटुंब
11) मुलं नकोत असा निर्णय घेतलेलं विभक्त कुटुंब
12) लग्नाविना एकत्र राहणाऱ्या 1 स्त्री - 1 पुरुष यांचं कुटुंब
13) लग्नाविना एकत्र राहणाऱ्या काही स्त्रिया आणि काही पुरुषांचं कुटुंब
14) एकट्या अविवाहित माणसाचा संसार. त्यालाही कुटुंबच म्हणावं लागतं.

दोन पिढ्यांच्यातल्या वादाचं मुख्य कारण मला वाटतं, 'कृतज्ञता' ही भावना जनमानसातून कमी कमी होत हळूहळू जवळजवळ नाहीशी होतीय हे आहे.

पिढ्यांच्या फरकामधे आणखी एका गोष्टीचा संबंध असतो. नवी पिढी पूर्णपणी कॉम्प्युटर, इंटरनेट, मोबाईल यावर अवलंबून असते. कित्येक लोक

तर सही करण्याव्यतिरिक्त पेनचा उपयोगही करत नाही असं अभिमानानी सांगतात. आधीच्या पिढीला या गोष्टी एवढ्या जमतही नाहीत आणि आवडतही नाहीत. त्याबद्दल तक्रारी, चेष्टा सर्व काही चालू असतं. पत्रं पाठवण्याचा तर जमाना गेलाच आहे, पण फोनवर देखील शक्य तेवढं कामापुरतं थोडक्यात बोलण्याचा संस्कार आधीच्या पिढीवर आहे. पूर्वी फोन खूप महाग होते तो संस्कार अजूनही टिकतो. या मुद्द्यांवरूनसुद्धा एखाद्या घरात वाद असू शकतात.

ही तरुण मंडळी इंटरनेटच्या माहितीवर फार विश्वास ठेवतात आणि पूर्णपणी त्याच्यावर अवलंबून असतात. प्रत्यक्षात इंटरनेटवरची माहिती अपुरी असू शकते, आपल्याला लागू न पडणारी असू शकते, चुकीचीही असू शकते. मुख्य म्हणजे त्या माहितीबद्दल कशाबद्दलही कोणाला जबाबदार धरता येत नाही. मोबाईलचा प्रचंड वापर हाही वादाचा मुद्दा असतो. खुद्द माझं आणि शोभाचं सासू-सून बाबतीत काय झालं ते सांगायलाच पाहिजे. कारण त्याशिवाय मुद्दा पूर्ण होत नाही. मी आत्ता सांगतो आहे त्या विचारांचा माझा प्रवास शोभाच्या तुलनेत जास्त झालेला होता. शोभा माझ्या आईला ‘अहो आई’, म्हणायची. तिनी मगाशी म्हणालो तशी धावत जाऊन मिठी मारली नाही त्यामुळे टक्करही झाली नाही. जोरदार मतभेद, वादावादी यांच्यापासून शोभा दूर राहिली आणि मनानी फार जवळही गेली नाही. सगळी कर्तव्यं पार पाडली, पण कशाचाच अतिरेक केला नाही. सर्वांत महत्त्वाचं म्हणजे आम्ही स्वतंत्रच राहिलो. एकमेकांकडे पाहुणे म्हणून प्रेमानी गेलो, पण पाहुणे म्हणूनच राहिलो.

शोभाची आई पारंपरिक आणि खेड्यातून शहरात आलेली पहिली पिढी असल्यामुळे त्यांच्या दृष्टीनी ‘जावईबुवा मानाचे’ हे पक्कं होतं, पण त्यांची नि माझी विचारसरणी इतकी निराळी होती की त्यांच्यात नि माझ्यात शोभाखेरीज काही समाईक नव्हतं. आमचे प्रेमाचे संबंध निर्माण झाले नाहीत आणि कधी खटकेही उडाले नाहीत. पुढे आमच्या मुलानी लग्न केलं तेव्हा 12 वर्षांपूर्वी शोभा स्वतः सासूही झाली. आमची सून मुळात भारतीय नाही तर ग्रीक, ख्रिश्चन नि कॉकेशियन गोरी मड्डम आहे. तिला कुठचीही भारतीय भाषा येत नाही. त्यात आमचा मुलगा, सून ब्रिटिश नागरिक आहेत नि ऑक्सफर्डमधेच राहतात. आमची गाठच खूप कमी पडते, पण जेवढी पडते ती प्रेमानीच पडते. ती खूप हुशार आणि प्रेमळ आहे. त्यामुळे माझं आणि सुनेचंही उत्तम पटतं. थोडक्यात शोभा सून आणि सासू या दोन्ही परीक्षेत उत्तम मार्क मिळवून पास झाली. आणि

मी एका परीक्षेला बसलोच नाही. त्याचा सासूला मानसिक त्रास झाला.

एक दुसरं उदाहरण देतो.

नवरा-बायकोचे आपापले आई-वडील प्रत्येकाला प्रिय असतात. अशा वेळी बायकोचं नवऱ्याच्या आईशी पटत नसलं तर नवऱ्याची न्यायाची भूमिका कशी असावी? हाच तर घराघरांतला प्रश्न असतो. कुटुंबचर्चेशिवाय, वाटाघाटींशिवाय त्याला पर्याय नाही.

आणखी एक प्रश्न सांगतो.

घरात मोठी नणंद, आजोबा-आजी मुलांचे लाड करतात. आई-वडील शिकवतात ते खोटं पाडतात. कित्येकदा आपल्या राजकारणात मुलांना वापरतात. अशावेळी आई-वडलांनी कसं वागावं असा प्रश्न असतो. खणखणीत स्पष्ट बोलावं असं पहिला म्हणतो. दुसरा म्हणतो तात्पुरती कळ काढावी, गप्प बसावं आणि कायम एकत्र कधीच राहू नये. शांतपणी, थंड डोक्यानी केलेल्या कुटुंबचर्चेशिवाय खरंच दुसरा मार्ग नाही.

आणखीन एक उदाहरण सांगतो.

माझ्याकडे समुपदेशनासाठी एक मुलगी येत होती. तिचा आणि नवऱ्याचा लग्नापूर्वी तोंडी करार झालेला होता की, आईवडलांबरोबर एकत्र कुटुंबातच राहणार. ही अट तिला लग्नापूर्वी नुसती मान्यच नाही तर सोयीची वाटली. लग्नानंतर मूल झालं. जसं मूल मोठं व्हायला लागलं तसतसं ते आजीवर जास्त अवलंबून राहायला लागलं, कारण ही मुलगी नोकरी करणारी होती. काही काळानी एकाच घरात राहून हिचा कोंडमारा व्हायला लागला, कारण मूल 24 तास आजीबरोबर असायचं आणि हिचा सहवासच नाही. मूल पूर्णपणे आजीच्या ताब्यात, मूळच्या एकत्र राहण्याच्या अटीमुळे मुलगी हतबल. नवरा ऐकायला तयार नाही. ही मुलगी रडकुंडीला आली होती. नवरा-सासू काही ऐकायला तयार नव्हते आणि समुपदेशनासाठी यायलाही तयार नव्हते. हे असं एक नाही अनेक उदाहरणं आहेत.

●

6) पैशावरून वाद

मगाशी आपण म्हणालो त्या गोष्टीकडे आता लक्ष देऊया. विचार आणि भावनांचा दुसरा गट म्हणजे पैशांबद्दलच्या विचारसरणीतला फरक.

खरं सांगायचं तर प्रत्येक सज्ञान व्यक्तीनी स्वतःच्या चरितार्थाची सोय करायची आहे का नाही हा चर्चेचाही विषय नाही. त्यात 'ऑप्शन' नसतोच. नोकरी का व्यवसाय का धंदा याची चर्चा चालेल. या गावी का परराज्यात का परदेशात, याची चर्चा करता येईल. या क्षेत्रात का त्या क्षेत्रात याचा विचार करता येईल.

पण या मूलभूत तत्त्वामधेच फरक असतो, हा जास्त गंभीर प्रश्न असतो.

पैसे किती मिळवायचे, कोणी मिळवायचे, कुठच्या मार्गांनी मिळवायचे, कशा पद्धतीनी खर्च करायचे या सगळ्यावरून नवरा-बायकोमधे मतभेद असू शकतात. वस्तूंचा सोस असण्यावरून आणि हौस, इच्छा नसण्यावरूनही वाद होतात. दागिने, कपडे, दोघांचे माहेर-सासर-पाहुणे, त्यांच्यासाठीचे होणारे खर्च, नवरा-बायकोचे आई-वडील, भावंडांपायी होणारे खर्च, यावरून भांडणं होतात. अगदी क्वचित मुलांवर होणाऱ्या खर्चावरूनही वाद होतात.

एक गोष्ट आपण सगळ्यांनी लक्षात घ्यायलाच हवी की बुद्धीचे काही प्रकार असतात. इंजिनियरिंगमधे खूप चांगलं डोकं चालतं अशी व्यक्ती लोकांची नावं, चेहरे लक्षात ठेवण्यात पार कच्ची असू शकते. प्रतिभावंत मूर्तिकार हिशेबात अगदी ढ असल्याचं मी पाहिलेलं आहे. ऑफिसमधे मोठ्या मोठ्या सॉफ्टवेअरमधल्या प्रॉजेक्ट्सचा टीम लीडर असलेला माणूस बायको, मुलं, नातेवाईक यांच्याशी वागण्यात कच्चा अशी उदाहरणं आजकाल खूप आढळतात.

मला अशी काही लोकं माहिती आहेत की, जी पैशाच्या गुंतवणुकीबद्दल अतिशय हुशार आहेत, त्यांच्या मालकीची खूप मालमत्ता आहे. पण घरातल्या सोयींच्या बाबतीत खूप खूप दुर्लक्ष झालेलं आहे. अर्थातच नवराबायकोच्या संबंधांवर त्याचा परिणाम होणार.

भ्रष्टाचार हा एक विषयही असा आहे की, त्यावरून मतभेद असले तर नवरा-बायकोत गुपचूप कुजबुजत धुमसावं लागतं. आपल्या समाजात पुरुष खूप

जास्त प्रमाणात भ्रष्टाचारी असतात. भरपूर पैसे खाऊन झाले तरी पैसे खायचं व्यसन सुटत नाही.

पैसे खाण्याचं व्यसन हे इतर व्यसनांपेक्षा कमी त्रासदायक समजू नये. काम करण्यासाठी पैसे खायला नाही घातले तर लोकांचा वैयक्तिक अपमान होतो. अशा माणसाच्या घरी सुरुवातीला बायकोला वस्तू खरेद्या, भरपूर पॉकेटमनी यांचं सुख वाटतं. बऱ्याच वेळा त्यानंतर केव्हातरी याचे परिणाम वाईट होतील याची जाणीव होते. मुलांना जास्त खर्चाची सवय लागते. संपूर्ण कुटुंबाला पैसे या विषयावर काय, कसं बोलायचं नि कुठे काय बोलायचं नाही हे व्यवस्थित शिकवलं जातं नि मग सारं कुटुंबच या श्रीमंत विकृतीच्या सापळ्यात सापडतं. अशा घरात काही बायकांना हे पैसे जास्तच खुपायला लागल्यानी आणि बोलता न आल्यानी सतत शीतयुद्धं चालू राहतात.

कधी उलटी परिस्थिती असते. बायका वस्तूंसाठी नवऱ्यांच्या मागे लागून इतकं दडपण आणतात की नवरे घरची कटकट मिटवण्यासाठी मुकाटपणे पैसे खाण्याच्या मार्गानी जातात.

ज्या घरात नवरा किंवा बायको अकर्तृत्ववान, आळशी, फार अव्यवहारी असतात तिथेही पैसे या विषयावरून सतत असमाधान घरात पसरलेलं असतं. चरितार्थापुरते पैसे मिळवू शकत नाहीत अशा नवऱ्यांची संख्या दिवसेदिवस फार वाढते आहे. त्यांच्या बायका संसार कसा तरी ओढतात. मुलं लौकर कामाला लागतात. एकूण त्रासच त्रास असतो.

अशा प्रकारच्या घरात सगळ्यांना जो त्रास होतो त्याचं मूळ कशात आहे हे शोधायला गेलं तर 'मुलगा असणं' या कल्पनेचा प्रचंड प्रभाव जाणवतो. त्याच्याही कारणाच्या मुळाशी गेलं की दोन गोष्टी दिसतात. एक म्हणजे मुलगा म्हणजे म्हातारपणची काठी समजण्याचा प्रघात आहे. दुसरं भारी प्रकरण म्हणजे हुंडा. मुलगा असला की त्याच्या लग्नात हुंडा मिळायचा असतो आणि मुलीच्या लग्नाच्या वेळी हुंडा द्यायचा असतो. या दोन प्रथांचे पुढचे परिणाम खरोखर अभ्यासण्याजोगे आहेत.

सारखा पैशापैशाचा हिशेब करणाऱ्या, तपासणाऱ्या माणसाचीही संसारात वाईट भावनिक हालत होते. अशा माणसाचे, जोडीदाराचे आणि घरच्या सगळ्यांचे हालच होतात. त्यातून निर्माण झालेले इतर अनेक वादाचे विषय भांडणांचं कारण बनतात. पैसे या गोष्टीवरून नवरा-बायकोत ही जशी भांडणं

असतात, तशी नातेवाईक, भावंडं यांच्यातल्या भांडणांची तर मोजदाद होऊच शकत नाही. कष्टकरी वर्गातली पैशाची भांडणं इतरांना थेट ऐकू येतात, पण मध्यमवर्गाची भांडणं मोठ्यांदा ऐकू येत नाहीत, एवढाच फरक असतो.

आमच्या ओळखीत एक बुद्धिमान पण अव्यवहारी माणूस आहे. त्याला आयुष्यभर नोकरी, स्वतःचा व्यवसाय यातलं काहीच धड जमलं नाही. बायकोनी त्याला कायम यावरून छळलं. आता दोघंही म्हातारे आहेत. मुलं मोठी झालीयत. वडलांची अशी अवस्था रोज बघितल्यानी मुलांच्या व्यक्तिमत्त्वावर कायमाचा वाईट परिणाम झालाय.

पुरुषाची कर्तव्यं आणि जबाबदाऱ्या याबद्दलचा पगडादेखील पुरुषाच्या मनावर इतका प्रचंड असतो की, ही गोष्ट त्याच्या स्वप्रतिमेला फार मोठी इजा करते. त्याला इतकी शरम वाटते की त्याच्या आत्मसन्मानाचा चोळामोळा होतो. असा पुरुष कधीकधी निराशेच्या टोकाला जातो आणि आत्महत्या करतो.

मध्यम, उच्च मध्यम वर्ग ज्या पद्धतीनी भांडतो, त्यात अबोला आणि कोर्टकचेऱ्यांचं प्रमाण जास्त. श्रीमंत वर्ग कोर्ट, अबोला आणि खुबीनी, हुशारीनी नेमणूक केलेले गुंड या सगळ्यांचा आधार घेतो. जेवढे पैशाचे आकडे मोठे तशी अस्त्रं जास्त आणि तीव्र. मालमत्तेवरून, पैशांवरून शीतयुद्ध नाही, सगळे खरोखरच प्रेमानी, आपुलकीनी एकमेकांशी आयुष्यभर वागतायत असं एकसुद्धा कुटुंब मी उदाहरण म्हणून सांगू शकत नाही.

सख्खी भावंडं एकाच कुटुंबात, एकाच पद्धतीनी वाढल्यामुळे निव्वळ तर्कबुद्धीनी असं म्हणता येईल की, त्यांचे पुढच्या आयुष्यात एकमेकांशी संबंध चांगले असतील. पण त्यांची लग्नं झाली की त्यांची आणि जोडीदाराची मिळून निराळी विचार करण्याची, वागणुकीची काहीतरी पद्धत असणारच. म्हणजे पुन्हा संघर्षाचीच सुरुवात होणार.

अनेक लोकांच्या कौटुंबिक विसंवादांपैकी एक कारण म्हणजे पैशाबद्दलची निराळी भूमिका. नवरा-बायको मिळून एका बाजूला आणि कुटुंबातली दुसरी कोणीतरी एक किंवा अनेक व्यक्ती दुसऱ्या बाजूला असंही होऊ शकतं. भूमिकेबद्दल वाद नाही पण पैसेच कमी पडल्यामुळे संघर्ष असंही होऊ शकतं. अशा वादांबद्दल प्रत्यक्ष प्रसंग काय, वादाचे मुद्दे काय हे तपासल्याशिवाय सरसकट काहीच सांगता येत नाही. जेव्हा नवरा आणि बायकोमधेच म्हणजे दोन भागीदारांमधेच पैशावरून वाद होतात तेव्हा मात्र त्याचा प्रकार पूर्णपणी निराळा

असतो. नवरा-बायको दोघंही बऱ्यापैकी पैसे कमवत असतील तेव्हा आणि बायको फक्त गृहिणी असते त्यातही खूप फरक असतो.

आत्ता मी ज्या एका उपायासंबंधी सांगतो आहे तो उपाय जे नवरा-बायको दोघंही आपापल्या नोकरीधंद्यात बऱ्यापैकी पैसे मिळवत असतील त्यांच्यासाठी आहे. त्यांनी तीन निराळी बँकेची खाती उघडावीत. नवऱ्यानी स्वतःचं एकट्याचं स्वतंत्र खातं वापरावं, तसंच बायकोनी तिचं एकटीचं खातं वापरावं. घरखर्च, मुलांचे खर्च यासाठी तिसरं खातं वापरावं. ते मात्र दोघांच्या सहीचं समाईक असावं. दोघांनीही दर महिन्याला आपापल्या मिळकतीच्या प्रमाणात त्यामधे पैसे घालावेत. अशा पद्धतीत नवरा-बायको दोघांना पैशाचं स्वातंत्र्यही मिळेल आणि कुटुंबाचे खर्च व्यवस्थित भागल्यामुळे वादही होणार नाहीत.

बायकांनी कामधंदा करून पैसे मिळवावेत का नाही याबद्दल अनेक स्त्री-पुरुषांचा विचार खरा म्हणजे पक्का नसतो. कधीकधी नवरा-बायको दोघंही मुळात बायकांनी घर सांभाळावं अशा मताचे असतात, पण त्यांचा नाइलाज असतो. कधी बायकोला स्वतःच्या आत्मसन्मानासाठी पैसे मिळवलेच पाहिजेत असं वाटतं, तर नवऱ्याचा मनातून त्याला विरोध असतो. अशा घरांच्यात नवरा-बायकोच्या संघर्षाचं ते कारण बनतं. बायको घरातून बाहेर पडायच्या वेळी असे नवरे बायकोला काहीतरी मुद्दामहून अडचण निर्माण करणारा प्रश्न विचारतात. पुरेसं आधी त्यांनी काय पाहिजे ते जरूर विचारावं, मग अगदी चपला घातल्यावर काहीतरी अडचण निर्माण करणं हाच हेतू असला तर त्रास होतो. असं वागणारे पुरुष चूक करतात. ही कधी न करण्याची गोष्ट आहे हे त्यांना कळत नाही.

घराघरांत आणखी एक चुकीची गोष्ट चालू असते. भारत हा हजार वर्षांचा पुरुषप्रधान देश असल्यामुळे नवऱ्यापेक्षा बायको कमी पैसे मिळवते असंच सर्वसाधारण घडतं. त्यामधे पुढच्या काही पिढ्या बदल होणार नाही हे सगळ्या पुरुषांना समजायलाच हवं. याला काही स्त्रिया अपवाद असणार, पण लाखात एक एवढ्या प्रमाणातच. त्यामुळे बायकोला निरुत्तर करण्याचं एक वाक्य नवरे जिकडेतिकडे सतत वापरतात, 'तू माझ्याइतके पैसे मिळवून दाखव, मी घर सांभाळतो', हे ते वाक्य. बायको जे थोडेफार पैसे मिळवते त्याबद्दल तिला खरं म्हणजे प्रोत्साहन द्यायला हवं. तरच कदाचित, केव्हातरी आपली बायको बऱ्यापैकी पैसे मिळवून आपली जबाबदारी कमी करेल हे पुरुषांना कसं समजत नाही?

इतर काही भांडणांचे विषय बघूया.

कधीकधी नवरा-बायकोच्या मूळ स्वभावातच फरक असतो. एकाला माणसांची आवड, दुसरा आत्मकेंद्री. एकाला 'मटीरियल' गोष्टींची फारशी पर्वा नसते. दुसरा त्यातच गुंतलेला. एक मनमिळाऊ दुसरा तडकफडक. अशावेळी आपल्या मित्रमंडळींशी आपल्या मनासारखं वागता येणार नाही कारण जोडीदाराचा विरोध असतो. घरात शांतता राहावी म्हणून मित्रमंडळी, नातेवाईक यांना टाळावं तर ते मनाला बरं वाटत नाही. याबद्दल दोघांच्या काय भूमिका असाव्यात? बायकोचं म्हणणं असं की, आपण आपल्या भविष्यासाठी, मुलांसाठी ऐहिक गोष्टींची जमवाजमव नाही केली तर दुसरं कोणी आपल्यासाठी करणार आहे का? बाकी सगळं जग आपापला स्वार्थ बघत असताना आपण मित्रमंडळींची मनं सांभाळत स्वतःचं नुकसान करून घेणं योग्य कसं? याच्या उत्तरासाठी समुपदेशन हा एकच मार्ग दिसतो आहे. कुटुंबचर्चा पण चालतील. मार्ग तर काढायलाच पाहिजे.

आमच्या ओळखीत एका जोडप्याच्या संसारात नवऱ्याचा काही पैसे न मिळवणारा भाऊ आहे. त्यामुळे आर्थिक ताण आहेत. पैसे कमी पडतात, जागा कमी पडते, कारण त्यांना एक मुलगाही आहे.

दुसऱ्या एका घरात या वर्णनाचा भाऊ आहे, अविवाहित बहीण आहे आणि नवरा-बायकोची खात्री आहे की दोघंही चोरटे आहेत.

आणखी एका घरात त्या जोडप्याचा मुलगाच चोरटा आहे.

अगदी खरोखर सांगतो, घरात राहणारा चोर ही फार भयानक गोष्ट असते. बाहेरच्या चोरांपासून संरक्षण करणं शक्य आहे, पण घरातल्या जवळच्या नात्यातला अविश्वास माणसाला गुदमरवून टाकतो.

चोरून विवाहबाह्य लैंगिक संबंध ठेवणारा जोडीदार, रागीट, माथेफिरू जोडीदार यांच्याबरोबर संसार करणं फार अडचणीचं असतं.

असे लोक या प्रकारचे प्रश्न घेऊन समुपदेशनाला येतात तेव्हा समुपदेशकालाही मोठ्ठं कोडं असतं. माझ्याकडे एकदा समुपदेशनासाठी एक जोडपं येत होतं. निरनिराळ्या प्रश्नांची बऱ्याच अंशी उकल झाली, पण एक प्रश्न काही सुटेना. काहीतरी करून तो नवरा त्या प्रश्नापाशी यायचा आणि बायको उचकायची. तो प्रश्न असा होता- नवऱ्याचं म्हणणं, आम्ही मिळणाऱ्या पैशात जेमतेम संसार करतो त्यामुळे आणि तत्त्व म्हणून देखील मला अन्न वाया घालवलेलं आवडत

नाही. बायको म्हणत होती, नवऱ्यानी स्वतः स्वयंपाकघर सांभाळून पाहावं. ते तर शक्य नव्हतं.

शेवटी मी त्या दोघांना वाया जाणाऱ्या अन्नाची पद्धतशीर यादी करायला सांगितली. त्याची रुपयांत किंमत काढायला सांगितली आणि तक्रारीचं रूपांतर पैशांच्या आकड्यात मांडलं. याच पद्धतीनी नवऱ्याच्या हातून झालेल्या चुकांचंही रुपयांत, व्हॅल्युएशन केलं. नवऱ्याच्या चुकीच्या गोष्टींचा रुपयांचा आकडा जास्त भरल्यामुळे तो निरुत्तर झाला आणि प्रश्न संपल्यासारखं वाटलं. त्या नवऱ्याचा पर्यावरणाचा काही अभ्यास नव्हता. अन्न वाया घालवण्याला त्याचा पर्यावरणीय आक्षेप नव्हता. त्यानंतर मी त्यांना या पुस्तकातला 'आयुष्यासाठी उपयोगी तत्त्वज्ञान', 'समतोल विचार' असे निवडक लेख वाचायला सांगितले आणि बहुतेक करून त्यांचं समाधान झालं.

●

7) आत्मसन्मानावरून वाद

तिसरा भांडणाचा सर्वांत लोकप्रिय विषय म्हणजे मानापमान. इच्छा नसताना नवरा-बायकोच्या हातून एकमेकांचा अपमान झाला असं लग्नाच्या सुरुवातीला होतं. मग हळूहळू एकमेकांना मनाचे हळवे, दुखरे कोपरे कळू लागतात. शहाणी जोडपी दुखरे विषय हळुवारपणे हाताळतात. अविचारी, अहंकारी जोडपी एकमेकांचे असे दुखरे भाग हेरून, लक्षात ठेवून त्यावरच जोरानी वार करतात.

माझ्यातला आणि शोभामधला खूप वर्षांपूर्वी घडलेला एक प्रसंग सांगतो. माझ्या तुलनेत शोभा जरा कमी शिस्तीची आहे. तेव्हाही होती. तिच्या हातून पंचाबिंचा अशी किरकोळ वस्तू पलंगावर तशीच संध्याकाळपर्यंत राहिली होती. मी तिला आठवण करून दिल्यावर ती म्हणाली, 'हे सांगण्याऐवजी तू तो पंचा उचलून जागेवर का नाही ठेवलास?' तिचं म्हणणं खरं होतं. पंचा उचलायचा राहिलाय हे संध्याकाळी आठवणीनी सांगण्यासाठी मी जेवढी बौद्धिक मेहनत केली त्यापेक्षा तो पंचा उचलून ठेवणं ही फार सोपी गोष्ट होती.

शोभाच्यात आणि माझ्यात अगदी क्वचित पण एका विषयावर मतभेद होतो. आमच्या दोघांच्यात एखादी गोष्ट स्पष्ट बोलून ठरली असली की माझा आग्रह असतो, ती त्याप्रमाणेच झाली पाहिजे. शोभा तशी ठरल्याप्रमाणे ती गोष्ट करत नाही, ते मला आवडत नाही. हे समजण्यासाठी एक प्रसंग सांगतो.

मी आणि शोभा दोघांकडेही घराच्या बाहेरच्या दाराच्या किल्ल्या असतात. आम्ही दोघंही गेली अनेक वर्षं कवळ्या वापरतो. एकदा माझ्या कवळीच्या प्रश्नामुळे मला ती घालणं शक्य नव्हतं. शोभा बाहेर गेली होती आणि मी घरात थांबलो होतो. कवळी नसली तर काही खाता येत नाही. त्याचबरोबर बोलणंसुद्धा नीट जमत नाही आणि चेहरा चमत्कारिकदेखील दिसतो. मला यातली कुठचीच गोष्ट पसंत नाही. त्यामुळे शोभाला मी निघण्यापूर्वीच सांगितलं होतं की बाहेरून येताना स्वतःच्या किल्लीनी दार उघड, बेल वाजवू नको. याचं कारण बेल वाजली की कोण आहे विचारणं, जरा थांबा, दार उघडतो म्हणणं, मग योग्य तो पोषाख करून दार उघडणं यातलं काही मला शक्य नव्हतं.

प्रत्यक्षात शोभा जेव्हा बाहेरून आली तेव्हा तिनी किल्लीनी दार न उघडता

बेल वाजवली. मी काहीच केलं नाही. जरा वेळ थांबून तिनी पुन्हा दोनदा बेल वाजवली. मी भिंगाच्या भोकातून बघितलं तर शोभाच होती. मग मी दार उघडलं. जरा वेळानी तिला स्वतःची किल्ली न वापरल्याबद्दल विचारलं तर म्हणाली, 'माझ्या हातात सामान होतं.' मी म्हणालो, ' तू तसं आपणहून सांगितलं असतंस तर मी दार नक्की उघडलं असतं, पण तू आहेस हे मला आपणहून कसं कळेल? आपलं स्पष्ट शब्दांत आधीपासून ठरलं होतं तस्सं झालं पाहिजे होतं ना!' ठरल्याप्रमाणे वागण्याच्या माझ्या या आग्रहाला शोभा रिजिड म्हणते. आम्ही दोघं 'आवाजी' भांडण्याच्या प्रकारचे नसल्यामुळे आम्ही जीवनसाथच्या मिश्रगटात हा प्रश्न विचारला. आश्चर्याची गोष्ट अशी की, निम्म्या लोकांना माझी बाजू बरोबर वाटत होती आणि बाकीच्या निम्म्यांना शोभाची.

मी आग्रही स्वभावाचा आहे हे नक्कीच आहे. पण आग्रही आणि हट्टी किंवा दुराग्रही यात फरक असतो ना! तुम्हाला सगळ्यांना काय वाटतं तेही कळवा, मग मी असे आणखीन् काही प्रसंग सांगीन.

सगळ्या नवराबायकोंनी एक गोष्ट नेहमी लक्षात घ्यायला हवी. रोजच्या दिनचर्येतला असुंदर भाग प्रत्येकाचा असतो आणि तो फक्त स्वतःला आणि नवराबायकोंना माहिती असतो. बराचसा बाह्यरूपातला असतो. अगदी अंगावरचे डाग, दुरवणारे अवयव, लपवलेलं टक्कल. इतरांना कल्पना नसलेला अस्वच्छपणा, लैंगिक संबंधांमधली चुकीची वागणूक,स्वभावातल्या लाज वाटण्याजोग्या खुब्या, अशा मानसिक असुंदरतेच्याही घटना असतात. अशा गोष्टींविषयी दुसऱ्याच्या मनाला लागणारे उल्लेख म्हणजे वर्मावर केलेले वारच असतात. जोडीदाराच्या संमतीनी ती गोष्ट गटचर्चेत बोलली तरी एकवेळ चालेल, पण खाजगीतले वार टाळावेत असं माझं मत बनलेलं आहे.

माझ्याकडे समुपदेशनाला एक मूळचं भारतीय पण आता परदेशात राहणारं जोडपं येतं. नवरा-बायको दोघांचाच संसार. नवरा लग्नानंतर आकारानी वाढत प्रचंड जाड झाला. साहजिकच दोघांचे भरपूर प्रश्न आहेत. लैंगिक संबंधांवर परिणाम होतात ही एक अडचण आणि स्वतःच्या जाडीबद्दल नवरा काही इलाज करत नाही, या गोष्टीचा मनस्ताप. सुरुवातीला दोघंही यायचे. आता बायको एकटी येते. सुरुवातीला थापा मारल्या, पण आता तिनी कबूल केलं की इतक्या जाड नवऱ्याबरोबर बाहेर जाणंही नको वाटतं. त्याचा व्यवसाय घरात बसून करण्याचा असल्यामुळे तो शक्यतोवर घराबाहेर जाणंच टाळतो.

खुद्द शोभा आणि मी इतर अनेक जोडप्यांच्या मानानी कमी भांडलो.

आणि तरी बरेच दिवस शांतपणे गेले की एखाद्या मतभेदाच्या विषयावर जरा चवदार भांडणं झालं तर छान होईल असंही मनात यायचं. या त्याकाळच्या या विचाराची खरं तर लाज वाटते. सबंध संसार आठवून पाहाण्याचा प्रसंग जुने फोटो पाहाताना येतो. 44 वर्षांपूर्वीचे शोभाचे आणि माझे फोटो पहाताना दोन गोष्टींबद्दल तीव्र भावना मनात येतात. शोभा दिसायला चांगली होती याबद्दल चांगलंही वाटतं आणि त्याचबरोबर माझ्यावर आणि तिच्यावर झालेल्या अन्यायाबद्दल वाईटही वाटतं. लग्नाआधी शोभानी आणि मी केलेल्या पत्रव्यवहारात मी एक गोष्ट स्पष्ट केली नव्हती. कारण त्याबद्दल माझं स्वतःचं मन इतकं संवेदनशील असेल हे मलाच माहिती नव्हतं. शोभाच्या दोन गोष्टींनी मला आयुष्यभर त्रास दिला. माझ्या मते माझ्याबरोबर असताना सतत म्हणजे सतत चेहरा पावडर लावून नीटनेटका ठेवणं अत्यंत आवश्यक आहे. तिला हे तेव्हा लग्नानंतरही पटलं नाही आणि अजूनही पटत नाही.

समुपदेशक म्हणून एवढ्या वर्षांच्यात मी काढलेला एक निष्कर्ष सांगतो. नवरा-बायकोंमधले अनेक मतभेदाचे मुद्दे बऱ्याच वेळा लैंगिक अतृप्तीशी जोडलेले असतात. लैंगिक संबंधांबद्दलच्या असमाधानाच्या अनेक तक्रारी एरवीच्या वागण्याच्या चुकीशी जोडलेल्या असतात. समुपदेशनासाठी आलेल्या काही जोडप्यांच्या काही समस्या एकत्र करून मी त्या प्रश्नांचं स्वरूप मांडतो.

अनेक नवऱ्यांची तक्रार असते की, झोपायच्या खोलीत गेल्यावर बायकोला प्रणयात काही रस नसतो. ती सरळ झोपून जाते. नवऱ्याचा मुद्दा असतो की, मूल झोपलेलं असताना गोड दिसतं असं सगळं जग म्हणतं ते ठीक आहे. पण लैंगिक संबंधाच्या अपेक्षेनी बायकोची वाट पहाणाऱ्या नवऱ्याला झोपलेली बायको गोड दिसणं शक्य नाही. अशा वेळी त्या नवऱ्याचा विरसही होतो आणि एका अर्थानी अपमानही होतो. साहजिकच राग येतो.

प्रत्यक्षात परिस्थिती अशी असते. बायको सकाळी लवकर उठलेली असते. ती दिवसभर कामात असते. प्रणयाची अपेक्षा असली तर तिला दिवस-भरात जरा वेळ द्यावा. मुलांना झोपवण्याचं काम नवऱ्यांनी करावं. घरातली रात्रीची आवराआवर करण्यात बायकोला मदत करावी. या गोष्टी नवरे करत नाहीत, बायकोची धावपळ चालू असताना खुशाल टी.व्ही. बघत, वाचत बसून राहतात. या परिस्थितीत तिला पाठ टेकल्याटेकल्या झोप लागणारच.

एका निराळ्या मुद्द्याचा या सगळ्याशी संबंध आहे तो समजावून सांगतो. एखाद्या स्त्रीला किंवा पुरुषाला आनुवंशिक गुणांमुळे किंवा लहानपणापासून जशी

वाढ झाली असेल त्या परिस्थितीमुळे, संस्कारांमुळे, लैंगिक संबंधाची इच्छा कमी किंवा जास्त असू शकते. अशा कमी-जास्त सेक्शुअल ड्राइव्हमुळे नवराबायकोच्या आयुष्यात अस्वस्थता आल्याची उदाहरणं खूप आहेत. त्याच्या कारणाचा शोध घेणं मात्र सोपं नसतं.

समुपदेशकाला स्वतंत्रपणी नवऱ्याशी आणि स्वतंत्रपणी बायकोशी अनेक तपशीलांविषयी बोलावं लागतं. लैंगिक संबंधाविषयी समुपदेशकाशी म्हणजे त्रयस्थ व्यक्तीशी बोलण्याइतका मोकळेपणा वाटण्यालाच खूप दिवस जातात. मग आनुवंशिक गुण, लहानपणापासूनचे अनुभव यांच्याविषयी बोलत बोलत हळूहळू योग्य किंवा अयोग्य भूमिका कळतात. त्यानंतर त्यावर उपाययोजना करून हळूहळू त्यात बदल होतो. या समुपदेशनाच्या प्रक्रियेतून काही कारणं बाहेर येतात. त्यांच्यावर इलाज केला तरच प्रगती होणार असते. काही वेळा पैशाचे ताण असतात. दिवसभराच्या वागणुकीत नवऱ्याच्या किंवा बायकोच्या हातून चुका झालेल्या असतात. एकमेकांच्या सवयींवरून, दिसण्यावरून, सासर-माहेर अशा विषयांच्यावरून अपमान, रागवारागवी झालेली असते.

याखेरीज एक मोठा घोळ तर जवळजवळ सगळ्या पुरुष जातीच्या मनात असतो. इथे त्याचा थोडक्यात उल्लेख करतो. कारण लैंगिक शिक्षणाविषयी स्वतंत्र सविस्तर लेख आहे त्यात हे सांगितलेलं आहे. सारांशात सांगायचं म्हणजे जवळजवळ सगळ्या लैंगिक संबंधांत पुरुषाचं समाधान होतं. पुरुषाचं वीर्य गळलं की त्याच्या दृष्टीनी संभोग संपतो. बाईचं समाधान राहून जातं, कारण पुरुषाला त्याविषयी काही माहितीच नसते.

थोडक्यात बायकोला शारीरिक संबंधाची ओढ वाटावी, रस वाटावा त्यासाठी पुरुषानी जे करायला हवं त्यापैकी तो काहीच करणार नसला तर बायकोला प्रणय, संभोग यातल्या कशातच रस वाटणं शक्य नाही. बायको झोपून जाईल नाही तर काय होईल? खरं म्हणजे अज्ञान, वागुणकीतली अरेरावी, आणि दुर्लक्ष यामुळे पुरुषच स्वतःचं नुकसान करून घेतात.

समुपदेशक म्हणून मला वाटतं की लग्नापूर्वी सेक्शुअल ड्राइव्ह तपासणं भारतीय समाजात शक्य नाही. या अर्थानी प्रत्येक भारतीय लग्न म्हणजे जुगारच असतो.

मला अशीही उदाहरणं माहिती आहेत की ज्यांचा हा जुगाराचा खेळ हरल्यातच जमा आहे. संभोग करू शकतात, शरीर नॉर्मल आहे, पण कामेच्छा शून्य. असं माणूस वाट्याला आल्यावर ती बाई किंवा नवरा काय करणार? मुलं

होतात, पण त्यापलीकडे काही नाही. आपापल्या स्वतंत्र पलंगांवर रात्र झाली की मुकाटपणी दोघंही झोपी जातात. अशी 'अेसेक्शुअल' माणसं आपल्याला वाटतं त्यामानानी जास्त असतात.

मी हे एवढ्या मोकळेपणानी सांगतोय् याची दोन कारणं आहेत. याच्यासारख्या अनेक कारणांवरून अनेक नवराबायकोंत मतभेद असतील ते त्यांनी लौकरात लौकर सोडवावेत म्हणून. दुसरं कारण म्हणजे हा पुस्तकसंच संदर्भ म्हणून वापरून अनेक विवाह अभ्यास मंडळं निघावीत अशी माझी इच्छा आहे. त्या अभ्यास मंडळाच्या सूत्रधारांनी जगाला शहाणपण शिकवायचं नि स्वतःचा संसार छान चालल्याचा अभिनय करायचा, असं करू नये म्हणून.

अशा कुटुंबाच्यात आणखी एक गुंता झालेलाही आढळतो. कधीकधी नवरा आणि बायको दोघंही मुलांना एकमेकांविषयी वाईटसाईट सांगत राहतात. काही मुलांना हे आई-वडलांचं शीतयुद्ध कळतं. ती त्या युद्धात भाग घेईनाशी होतात. काही मुलं त्या चक्कीत पिसली जातात. जरा मोठी मुलं त्याचा गैरफायदाही घेतात. काही आई-वडलांच्यात भांडण लावून स्वतः मजा बघतात.

दोन व्यक्तींच्यात, दोन कुटुंबांच्यात खाण्याच्या पद्धतींवरून वाद असण्याचं बरंच प्रमाण आहे. खाण्याच्या, स्वयंपाकाच्या पद्धतीत घराघरांत फरक असतो. पण सर्वांत महत्त्वाचा वाद शाकाहार-मांसाहार याच्यावरून असतो. सगळे शाकाहारी सगळ्या मांसाहारी लोकांना सतत नावं ठेवत असतात, नाकं मुरडत असतात. याउलट मांसाहार करणाऱ्या लोकांना मांस खाण्यात शौर्य वाटतं, चक्क अभिमान वाटतो. ते शाकाहारी लोकांना 'आमटी-भात' म्हणून चिडवतात, हेटाळणी करतात.

या दोन प्रकारच्या लोकांचं लग्न मुळात क्वचित होतं, पण आजकाल त्याचं प्रमाण वाढलं आहे. अशा शाकाहारी-मांसाहारी नवरा-बायकोंनी खरं म्हणजे त्यावरून भांडण्याजोगं काही नसतं. शाकाहार योग्य का मांसाहार योग्य याबद्दल हजारो वर्षांत निष्कर्ष निघालेला नाही. बहुधा कधीच निघणार नाही.

या पुस्तक-संचात 'आहारविषयीचे संस्कार' असा लेख आहे. शिवाय 'आधुनिक आणि पारंपरिक म्हणजे काय' यावरही लेख आहे. त्यातलं विवेचन वाचल्यावर हा एक वादाचा विषय संपायला हरकत नाही.

●

8) मुलांसंबंधीचे वाद

समुपदेशनाच्या अनुभवातली आणखी एक कहाणी सांगतो. नवऱ्याच्या मतानुसार बायकोचा स्वभाव तापट आणि हट्टी आहे. मुलींना लावायची शिस्त, वळण यांबाबत त्यांच्यात तीव्र मतभेद आहेत. मुलींना शिस्त लावण्याच्या बाबतीत ती अतिशय कडक व शिक्षेचा अतिरेक करणारी आहे. एरवी इतर प्रश्नांच्या बाबतीत ती अतिशय सहकार्य करणारी आणि कर्तव्यदक्ष आहे. नवराबायकोमधे दुसऱ्या मुलीच्या जन्मापासून मानसिक दुरावा आहे. दुसऱ्या मुलीच्या वेळी मुलगा व्हावा अशी नवऱ्याची खूप इच्छा होती. तसं न झाल्यामुळे त्या वेळी तो फार नाराज होता. तेव्हापासून त्यांच्यात दुरावा निर्माण झाला. या दुराव्याचा परिणाम ऑफिसमधल्या कामावर झाला. व्यावसायिक समाधानदेखील कमी झालं. दोघांत विशेष एकोपा नसल्यामुळे बायकोचा वेळ सतत मुलींच्या अवतीभवती जातो. ती सतत मुलींना शिस्त लावण्यात गर्क असते. नवऱ्याशी फार कमी बोलते.

मुलींच्या शिक्षणाकडे देखील दुर्लक्ष झालं. मोठी मुलगी विज्ञान शाखेत शिकते; परंतु तिची शैक्षणिक प्रगती अपेक्षेनुसार नाही. ती हुशार असूनही तिचं शिक्षणाकडे लक्ष नाही. आईच्या कठोर शिस्तीमुळे व शारीरिक मारहाणीमुळे मुलींच्या शिक्षणावर परिणाम झाला. क्षुल्लक कारणांमुळे ती मुलींना विशेषतः थोरल्या मुलीला मारहाण करते. अपमान करणं, टोमणे मारणं, घालून-पाडून बोलणं इत्यादी प्रकार वारंवार होतात. 'तुला वळण लावलं नाही, तर लहान भावंडांवर काय संस्कार होतील?' असं वारंवार बोललं जातं.

एकूण परिस्थिती बघितली तर असं दिसतं. या संघर्षाचा उगम दुसऱ्या वेळी मुलगा न होता मुलगी झाली या घटनेत आहे. या संघर्षामुळे, विशेषतः बायकोच्या कठोर वागण्यामुळे, कुटुंबातल्या व्यक्तींचे संबंध बिघडले.

अशा वेळेला सबंध कुटुंबाचंच समुपदेशन करावं लागतं. पण बायको समुपदेशकाकडे यायला तयार नाही. बाप समुपदेशकाकडे आला याची मुलींना कल्पना नाही. फक्त नवऱ्यालाच कौटुंबिक समस्येची तीव्रता वाटत असल्यामुळे तो समुपदेशकाकडे आला आहे. म्हणून फक्त नवऱ्यालाच समुपदेशन करणं शक्य आहे.

नवरा उदासीन, निराश आणि भावनिकदृष्ट्या दुबळा आहे. अशी व्यक्ती योग्य निर्णय घेऊ शकत नाही आणि इतरांना मार्गदर्शन देखील करू शकत नाही. त्यासाठी त्यांनी प्रथम परावलंबनाचा त्याग करून स्वतःच्या भावना व्यक्त करण्याची योग्य पद्धत शिकून घ्यायला हवीय.

आईवडील एकमेकांशी भांडत असले तरी लहान मुलं चमत्कारिक वागायला लागतील. भावंडांची भांडणं, मित्रमैत्रिणींशी भांडणं या प्रत्येक गोष्टीचा मुलांवर वाईटच परिणाम होतो. आर्थिक व्यवहार, मालमत्ता यांवरून बिघडलेली नाती घरोघरी दिसतात. त्याचबरोबर मूल होत नाही म्हणून कित्येक घरांत ताण निर्माण झालेले असतात.'

बिघडत चाललेलं सुधारण्याचा शेवटचा प्रयत्न म्हणून मूल होऊ द्यायचं आणि त्यानंतरही अशक्य झाल्यानी शेवटी घटस्फोट घ्यायचा अशीही उदाहरणं बऱ्यापैकी संख्येनी दिसतात. मूल हा आनंदाचा भाग ठरल्यामुळे सावरलेल्या बायका दिसतात त्याचप्रमाणे मुलाचे हाल झाल्याचीही उदाहरणं सापडतात.

कौटुंबिक विसंवादाचं आणखी एक कारण म्हणजे मुलांशी कसं वागावं याबद्दलचे मतभेद. अशांना पालक शिक्षणाची गरज असते हे स्पष्ट आहे. खरी म्हणजे तरुण आई-बापांनाच काय आजी-आजोबांनाही पालक शिक्षणाची गरज असते, पण ते त्याला तयार नसतात.

आमच्या ओळखीतला एक नवरा बायकोशी काही न बोलता, तिची सोय-गैरसोय न बघता खुशाल बाहेरगावी जायचं ठरवतो. त्याबद्दल आधी नाही, नंतर नाही, कसलंही स्पष्टीकरण देत नाही. थोडक्यात बायकोला आणि लहान मुलांना काही किंमतच देत नाही. तिनी काही विचारलं तर अतिशयोक्त भडक उत्तरं देतो. मग बायको पण अतिशयोक्त अवास्तव धमक्या देते. या परिस्थितीत दोघांनी मुलांसाठी तरी संयमानी वागणं जरूर आहे.

मुलांमुळे मन, विचार भविष्यापर्यंत जातात. त्यामुळे मुलं महत्त्वाची. कौटुंबिक विसंवाद टाळण्यात मुलं महत्त्वाची भूमिका बजावतात असं नेहमी दिसतं.

●

9) सासर-माहेर याविषयी वाद

कौटुंबिक विसंवादामधे आणखी एक प्रश्न असतो. माहेर-सासरचे नातेवाईक, पाहुणे, मित्रमैत्रिणी वगैरे. प्रत्यक्ष त्यांच्याशी मैत्री हा जोडीदाराच्या नात्यामधला एक छोटा दुवा असतो. माहेरचे पाहुणे आले की, बायकोनी नवऱ्याकडे केलेलं दुर्लक्ष, सासरचे पाहुणे आले की भेदभाव करणं यावरून वाद होतात. जोडीदाराचे नातेवाईक, मित्रमंडळी आली की संपूर्ण वेळ त्यांच्या बोलण्यात सामील झालं पाहिजे असं नाही. त्याचबरोबर आतल्या खोलीत जाऊन गुडुप होणं ही दोन्ही चुकीची टोकं ठरतात.

माझ्याकडे समुपदेशनाला एक मुलगा येतो. त्याची बायको त्याला सोडून माहेरी गेलीय. ती परत यायला तयार नाही. या मुलाचे हेतू चांगले आहेत, पण शिस्त, जिद्द, वाक्‌चातुर्य या गोष्टींची पार पंचाईत आहे. न्यूनगंडानी पार खच्चीकरण झालेलं व्यक्तिमत्त्व आहे. मी त्याच्या बायकोला भेटलेलो नाही, पण ती खंबीर आणि जिद्दी असावी. मार्ग काढणं कठीण आहे कारण ती समुपदेशनाला तयार नाही आणि मुलगा काहीही करून बघण्याच्या बाबतीत कमी पडतो. त्याच्या मनातल्या सद्‌भावनांचा या विवाहसंबंधात काही उपयोग होऊ शकणार नाही, कारण कसबाचाच प्रश्न आहे.

●

10) स्त्री-पुरुष समानतेची समज नसण्यावरून विसंवाद

माझ्या आईवडलांच्या आयुष्यात किंवा त्याच्या आधीच्या पिढीमधे स्त्री-पुरुष समानता हा विचारच नव्हता. त्यामुळे तो प्रश्नही नव्हता. माझ्या पिढीमधे हा प्रश्न सुरू झाला, पण त्याचं नेमकं स्वरूप हळूहळू समोर येत होतं. सध्याच्या तरुण पिढीत शहरी मध्यमवर्गीयांच्यात माझ्या पाहण्यात तरी निम्म्या घरांच्यात हा प्रश्न त्रास देतोच आहे. त्यातल्या काही प्रश्नांविषयी थोडं बोलूया.

नवराबायको, मुलं आणि कुटुंबीय यांची निरनिराळी दिनचक्रं असतात. नवरा-बायकोचं झोपेचं चक्र निराळं असू शकतं. त्यातही असमानताच आढळते. पुरुषांची सगळी व्यवस्था होते, पण बायकांची झोपच पुरेशी होत नाही. दिवसभर कुटुंबातली लोकं खोखो खेळत असतात. एकमेकांची गाठच पडत नाही, तर विसंवाद कसा होईल? असंवादच फक्त शक्य आहे. एक मुलगी सांगत होती, 'आमचं घर म्हणजे लॉजिंग-बोर्डिंग आहे. पाचही जणांकडे घराची किल्ली असते, घरकामासाठी बाई असते, त्यामुळे कोणाला कोणाची गरज पडत नाही.'

दुसरी एक गमतीची गोष्ट सांगतो. एका माणसाला मी विचारत होतो, 'तुम्ही सुखी आहात असं तुम्ही म्हणू शकाल का?' हा प्रश्न जीवनसाथच्या पहिल्या रविवारच्या मुलाखतीत विचारलेला होता. मिश्र गटासमोर. विवाहित आणि अविवाहित दोन्ही होते, आणि प्रश्नाचा रोख त्या माणसाला माहिती होता. त्यानी उत्तर दिलं, 'मी आय.टी.मधे काम करतो. चांगले पैसे मिळतात. नुकताच आम्ही एक फ्लॅट बुक केला, गाडी घेतली.' जीवनसाथमधे येणाऱ्या मुलामुलींनी साहजिकच त्यांना थांबवलं नि म्हटलं, 'अनिलदादांच्या प्रश्नाचा अर्थ मला वाटतं तुम्ही वैवाहिक आयुष्यात सुखी आहात का असा आहे. ते सांगितलं तर बरं होईल.' मग ते गृहस्थ म्हणाले, 'म्हणजे काय? प्रश्नच नाही. आम्हाला 2 मुलं आहेत. एक मुलगा, एक मुलगी. दोघंही इंग्रजी माध्यमाच्या शाळेत जातात.' गटाला काहीतरी अंदाज यायला लागला होता. एकानी विचारलं, 'तुमची बायको काय करते?' 'घरीच असते.' बायको तिथे हजर नव्हती आणि मुलाखतीचा विषय वैवाहिक आयुष्य नव्हता, म्हणून ऐकणारे गप्प बसले. पण कळायचं ते सगळं कळलं होतं. या माणसाला फक्त वस्तू, पैसे या प्रकारचं ऐहिक सुख म्हणजेच सुख वाटत होतं. केवळ या गोष्टी म्हणजे सुख नाही हे स्त्रियांना खूप जास्त

प्रमाणात कळतं. पुरुषांना कळण्याचं प्रमाण कमी.

दुसरं एक आमच्या ओळखीचं जोडपं आहे. बाहेर लोकांच्यात, सहलीत, रेस्टॉरंटमधे त्यातला नवरा-बायकोशी मोकळेपणानी, समानतेनी वागताना दिसतो. ऑफिसमधे लोकांशी आपुलकीनी वागतो. घरी आल्यावर एकांतात बायकोशी वागताना मात्र पूर्ण तफावत असते असं बायको सांगते. प्रत्यक्ष वागणुकीपेक्षा मला 'वागणुकीतली तफावत' ही जास्त काळजीची गोष्ट वाटते.

आणखी एक महाराष्ट्राबाहेर स्थायिक झालेलं मराठी जोडपं आहे. आमची मधून मधून गाठ, फोनवर बोलणं असतं. नवरा चुकीचं वागतो आणि वर म्हणतो, 'मी असाच आहे. हवं असेल तर घे जुळवून.' त्या नवऱ्यामधे समुपदेशनामुळे बदल होऊ शकेल पण त्यालाही तो तयार नाही. पुढे काय होणार हे दिसतंच आहे की.

साहित्यात स्त्रीचा उल्लेख चंचल असा केलेला आढळतो, पण तो स्त्री-पुरुष नात्यांसंबंधी नसतो. इतर वस्तूंबद्दलचा तो संदर्भ असतो. नवराबायकोच्या संसारात उलटा पुरुष जास्त चंचल असतो. अगदी लग्न झालं, मुलं झाली तरी पुरुषाच्या मनात आपल्याला आणखी चांगली, सुंदर, गुणी बायको मिळाली तर काय छान झालं असतं, असा विचार असतो. जोपर्यंत दुसऱ्या जोडीदाराची शक्यता मनातून पूर्ण जात नाही तोपर्यंत पुरुष संसारात एकाग्रचित्त होत नाही. संसारात समान रस असेल ते लग्न बहरतं, दोघांना सारखं स्वारस्य नसलं तर संसार अपुरा राहतो. याबाबतीत सरासरी भारतीय पुरुष सरळसरळ अपुरा आणि विकृत आहे. यामधे अपवाद क्वचितच आढळतो. सरासरी भारतीय स्त्री मात्र अशी नाही. ही मोठी तफावत पदोपदी जाणवते.

कुटुंबातल्या, पुरुषांच्या स्त्री-पुरुष समानतेच्या समजेबद्दल बरेच प्रश्न असतात. पुरुषी अहंकारानी, दादागिरीनी मोडलेली लग्नं खूप असतात.

अगदी खरी गोष्ट अशी आहे की, नैसर्गिक प्रेरणांमधे स्त्रियांच्यात देण्याची वृत्ती पुरुषापेक्षा जास्त आहे. इथे देणं म्हणजे पैसे देणं असा अर्थ नाही. वेळ, श्रम, आधार, वात्सल्य, समाधान, सुख देणं असा अर्थ आहे. कौटुंबिक विसंवादात असं दिसतं की, स्त्रियांना देण्याची इच्छा असते पण पुरुषांना घेण्याची कला अवगत नसते.

पुरुषांनी आपण बायकोला काय देऊ शकतो याचा विचार करावा. तो सतत परीक्षकाच्या नजरेनी पाहणार असेल, इतर स्त्रियांच्यात जास्त रस घेणार असेल, संसारातली कर्तव्यं पाळत नसेल तर बायको मनानी दूर जाणारच!

●

11) आधुनिक किंवा पारंपरिक विचारांमुळे विसंवाद

प्रेम, आदर व्यक्त करण्यासाठी बहुतेक कुटुंबं पारंपरिक भारतीय पद्धतींचा वापर करतात. प्रेम व्यक्त करण्याचं कर्मकांड पूर्वजांनी तयार साच्यात वाढून ठेवलं आहे. अमुक प्रसंगी यांना ओवाळा, नमस्कार करा, पाटावर बसवा, जेवायला अमुक पदार्थ करा, तमुक दागिने घाला अशी सगळी व्यवस्था चोख तयार आहे. ती तेवढी केली की झालं. थोडक्यात स्वतःला आधुनिक समजणारे भेटवस्तूंद्वारे आणि पारंपरिक समजणारे कर्मकांडांद्वारे प्रेम व्यक्त करतात आणि करण्याजोगं सगळं संपलं असं मानतात.

मला एरवीदेखील वाढदिवस ही कल्पना पटत नाही. विशेषतः म्हाताऱ्या माणसाला त्याचं काही महत्त्व असेल असं मला वाटत नाही. मला आणि शोभाला त्याबद्दल काहीही भावना नसतात त्यामुळे आम्ही दोघं वाढदिवस साजरा करत नाही. खरं म्हणजे त्याचा उल्लेखही करत नाही.

एकूणच आमचं, विशेषतः माझं आणि सण, समारंभ, उत्सव यांचं अजिबात जुळत नाही. मला ती कृत्रिम आणि निरर्थक रूढी वाटते. मी निरीश्वरवादी आहे. हिंदू धर्म, जाती मानत नाही हे कळल्यावर आणि त्यात पूर्वी अमेरिकेत ग्रीन कार्ड होल्डर होतो हे ऐकल्यावर लोक विचारतात, 'मग तुम्ही ख्रिसमस साजरा करता का?' कुठचाच देव नाही, धर्म नाही, जात नाही, पंथ नाही, सण नाही ही गोष्ट सरासरी भारतीय माणसाला समजणं इतकं कठीण जातं याचाही काही अर्थ होतो. इतक्या बंद मानसिकतेचं रूपांतर सामाजिक विसंवादात होणार हे निश्चित आहे.

मी आणि शोभा दोघांचं वैयक्तिक पातळीवर या बाबतीत जुळतं, पण गरवारे बालभवनमधे म्हणजे संस्थेच्या बाबतीत तिचा मार्ग निराळा आहे.

मुळात शोभा संकोची आहे. मी कडक शिस्तीचा आणि आग्रही आहे. आमच्या ओळखीतले आणि नात्यातले काही लोक बहुतेक करून मला घाबरतात. एका दृष्टीनी हे चांगलं नाही, कारण मी कोणाशीच वाईट वागत नाही, वाईट बोलत नाही. त्यामुळे ते माझ्यावर अन्यायकारक आहे. पण सगळा विचार करून शोभाला आणि मला दोघांनाही वाटतं की ही फायद्याचीच गोष्ट आहे. ज्या थोड्या

लोकांना भेटावं असं मला नि शोभाला वाटतं त्यांना आम्ही अवश्य भेटतो. बाकीच्यांची गाठच पडत नाही. पारंपरिक पद्धतीतलं एक खास वैशिष्ट्य आहे. खरं प्रेम तपासण्याची काही व्यवस्था कोणीच करून ठेवली नसल्यामुळे सगळी कर्मकांडं झिंग आल्यासारखी केली की बास! त्या कर्मकांडांच्या नशेत इतका वेळ जातो आणि त्याचा इतका उचका असतो की खरं प्रेम तपासायला सवड मिळत नाही हा त्या व्यवस्थेचा खरा अर्थ.

नवराबायकोच्या जोडीमधे निर्णयशक्ती कमी-जास्त असू शकते. त्याचबरोबर एखाद्या विषयाबद्दलची माहिती, उपजत अंग, आवड, कौशल्य यांमधे फरक असतो. त्याप्रमाणे नवराबायकोंनी निर्णयाच्या अधिकाराची वाटणी केली पाहिजे. त्यामुळे खूप गोष्टी सोप्या होतात. हळूहळू त्या बाबतीतला कच्चा जोडीदार पक्का होतो आणि मग जोडीनी निर्णय घेता येतात.

स्वतःची विचारसरणी, विचार, भावना, आवड-निवड, सवयी सगळंच दोन्ही जोडीदारांचं निराळं असतं. दोन कुटुंबांत वाढलेली दोन निराळी माणसं, शिवाय एक स्त्री म्हणून आपल्या पुरुषप्रधान समाजात वाढलेली आणि दुसरा पुरुष म्हणून वाढलेला. दोघांची व्यक्तिमत्त्वं निराळी असणारच. पारंपरिक विचारसरणीप्रमाणे शब्दांत न सांगता सगळं कळलं पाहिजे. प्रत्यक्षात आधुनिक विचारांप्रमाणे हे शक्य नाही. ते शब्दांतच सांगावं लागतं. यावरून सुद्धा नवराबायकोंची भांडणं होतात. या पुस्तकात 'आधुनिक-पारंपरिक' असा स्वतंत्र लेख आहे. त्यामधे यातले बरेच तपशील सापडतील.

●

12) व्यसनं आणि भांडणं

एका कुटुंबाची कहाणी सांगतो. मुलं मोठी झाल्यावर खर्च वाढले आणि नवराबायकोची भांडणं सुरू झाली. समुपदेशनात नवऱ्यानी बायकोविषयी खूप तक्रारी केल्या. नवरा दारूबाज होता. जुगारीही होता. त्यानी सांगितलं की, मोठी दोन्ही मुलं सध्या शिक्षणही घेत नाहीत आणि कामधंदाही करीत नाहीत.

बायकोशी वारंवार भांडणं होतात कारण तिला फक्त पैसे हवे असतात.

घरातल्या आर्थिक चणचणीची ती मुलांनाही कल्पना देत नाही. शिवाय स्वतः खर्चिक आहे. अविचारीपणानी कोणत्याही वस्तू आणते. नवऱ्याला घरात पती व पिता म्हणून काहीही आदर नाही. वादाच्या प्रसंगात बायको नेहमी मुलांची बाजू घेऊन बोलते. इतर बायकांच्या संसारांशी सतत स्वतःची तुलना करते आणि त्याप्रमाणे नवनवीन वस्तूंची खरेदी करते.

त्यानंतर बायकोशी स्वतंत्र बोलणं झालं तेव्हा तिनीही नवऱ्याविषयी भरपूर तक्रारी केल्या. ती म्हणाली की,

नवरा दररोज दारू पिऊन येतो नि भांडण करतो. पत्नी म्हणून योग्य मान आणि वागणूक देत नाही. आर्थिक चणचण ही त्याच्या जुगार आणि दारूमुळे आहे, तिच्या खर्चिकपणामुळे नाही. नवरा घरखर्चासाठी पुरेसे पैसे देत नाही. तो बराच वेळ घराबाहेर घालवतो, काय करतो कोण जाणे.

विसंवादांची कारणं शोधली तर त्यात व्यसनं हे मुख्य नाही पण एक महत्त्वाचं कारण आहे. या बाबतीत सरासरी पुरुष सरासरी स्त्रीपेक्षा फार पुढे आहे. बिडी, सिगरेट, तंबाखू, गुटखा, मावा, तपकीर हे सगळं तब्येतीला अपायकारक त्याचबरोबर किळसवाणंही असतं. अशी व्यसनं सोडवणं हे समुपदेशनाच्या कक्षेतच येतं, पण त्यासाठी खास शिक्षण आणि अनुभव लागतो. मी ते करत नाही. पान, तंबाखू, सिगारेट, दारू या गोष्टींची सुरुवात अगदी सहज गंमत म्हणून होते. कधी स्टाइल म्हणून तर कधी लोकांशी मैत्री करण्यासाठीचं माध्यम म्हणून. सगळा घोळ पुढे होतो. कौटुंबिक विसंवादात खूप मोठं प्रमाण दारुडे, नशा करणारे जोडीदार अशांचंही आहे. पण त्याचा माझा अभ्यास नाही. मी त्या लोकांना दुसऱ्या समुपदेशकाकडे पाठवतो.

●

13) नवराबायको आणि कुटुंबातले समाईक धागे

नवराबायकोच्या किंवा कुटुंबातल्या भांडणांच्या यादीवर उपाय नक्कीच असतात. ते प्रथम थोडक्यात सांगतो आणि मग पुन्हा या विषयाच्या खोलात शिरूया. मुख्य उपाय म्हणजे नवराबायकोमधे दोघांच्यात 'कॉमन' काय हे शोधणं. कित्येक जोडप्यांच्यात दोघंही स्वतंत्रपणे चांगली असतात पण त्यांच्यात 'कॉमन बाँड' नसतो. म्हणजेच 'कंपॅनियनशिप' नसते, समाईक धागा नसतो.

नवराबायकोमधे समाईक अशा सर्वांत मोठ्या दोन गोष्टी म्हणजे लैंगिक संबंध आणि मुलं. या दोन गोष्टींमधे काही अडचणी असल्या की, साहजिकच मोठ्या अडचणी निर्माण होऊ शकतात. त्याखालोखालची मोठी गोष्ट म्हणजे समाईक स्थावर मालमत्ता. दोघांना बांधून ठेवणारा तो धागा असू शकतो. बाकीच्या गोष्टी या तीनही गोष्टींच्या तुलनेत छोट्या आणि कमी महत्त्वाच्या असतात.

मगाशी आपण बघितलं तसं दिनचर्येत फार फरक असला तर समाईक वेळ सापडत नसल्यामुळे समाईक धागा सापडतच नाही. नवऱ्याची किंवा बायकोची कायम नाईट शिफ्ट, तर जोडीदाराची दिवसाची कामाची वेळ असते. गुरुवारी सुटी आणि रविवारी सुटी हाही एक मोठा घोळ असू शकतो. नवरा रात्री उशिरा दुकान बंद करून घरी यायला 12 वाजवतो आणि बायकोला पहाटे उठून जायचं असल्यामुळे ती त्याच्या आत झोपून गेलेली असते अशीही उदाहरणं दिसतात. कुठे शोधणार समाईक धागा?

एखादी एक गोष्ट कोणाला सांगण्याजोगी नसली की, फक्त नवरा किंवा बायकोला ती एकमेकांना सांगता येते, कारण कोणाला तरी ती सांगण्याची गरज भासते. या प्रकारे आणखी एक गुपित, मग आणखी, मग आणखी एक अशी गुपितं साठत जातात. हळूहळू त्यामुळे जोडणारा धागा पक्का होतो.

हा मुद्दा नीट समजण्यासाठी उदाहरण देतो.

नवऱ्याच्या बहिणीविषयी, मेहुण्याविषयी तो काहीतरी तक्रार बायकोजवळ करतो. पुढे म्हणतो की, हे माझ्या बहिणीशी किंवा मेहुण्याशी बोलू नको. बायको तिच्या जावेबद्दल काहीतरी तक्रारवजा सांगते आणि म्हणते की, आणखी कोणाशी हे बोलू नको. अशा पद्धतीनी इतर कोणाला न सांगण्याच्या आणि

फक्त दोघांनाच माहिती असलेल्या अनेक बारीकसारीक गोष्टी साठतात. दोघांचा त्या गुपितांचा धागा म्हणजेच फक्त नवरा आणि बायकोचं बौद्धिक, भावनिक विश्व निर्माण होतं.

एका पाश्चात्त्य संस्कारात वाढलेल्या भारतीय व्यक्तीशी नवराबायकोशी किती जवळीक आहे, एकमेकांना एकमेकांची किती माहिती आहे हे बोलणं चाललं होतं. आवडते रंग आणि आवडता एखादा खाद्यपदार्थ यापलीकडे यादी जाईना. लग्नाला किती वर्षं झाली विचारल्यावर कळलं की वीस. भारतात, महाराष्ट्रात, पुण्यात तथाकथित यशस्वी संसार करणाऱ्या अनेक नवराबायकोंची परिस्थिती यापेक्षा फार निराळी नाही.

आमच्या ओळखीच्या एका जोडप्यात खूप गैरसमजुती, मतभेद आहेत, पण एका महत्त्वाच्या गोष्टीमुळे त्यांचं नातं टिकून आहे. तो गुण म्हणजे निःस्वार्थीपणा. इतरांसाठी करण्याची वृत्ती.

नवराबायकोंमधे काही कामं समाईक करण्याची पद्धत असली तर त्याची जुळवात चांगली होते. प्रवासाला जाताना दोघं आळीपाळीनी गाडी चालवत असले तर दोघांच्यातली ड्रायव्हिंगची समज हा एक दुवा बनतो. मुलांना आळीपाळीनी सांभाळत असले तर, स्वयंपाक, खरेदी एकत्र करत असले तरी फायदा होतो. व्यवसायात कामाची नीट वाटणी करून एकत्र काम, धंदा, व्यवसाय करत असले तरी छान. दोघं मिळून सामाजिक काम करत असले तर सर्वांत उत्तम. मी आणि शोभा जनमानस ट्रस्टतर्फे जीवनसाथ विवाह अभ्यास मंडळाचं काम आणि पालक-शिक्षणाचं काम एकत्र करतो. त्यात आणखी एक पथ्य पाळतो. जीवनसाथची मुख्य जबाबदारी माझी असते आणि पालक विद्यापीठाची प्रमुख शोभा असते. निर्णयाच्या अधिकाराची अशी वाटणी आणि तरी एकत्र सामाजिक काम याचा आम्हाला खूप फायदा होतो.

ज्या गोष्टीमधे आनंद मिळतो त्या गोष्टी एकत्र करणं हे फार महत्त्वाचं असतं. दुःखाच्या प्रसंगी जोडीदाराची साथ हवीच, पण तसे प्रसंग कमीच असतात. रोज छोटेछोटे आनंदाचे प्रसंग मात्र भरपूर असतात. खरं म्हणजे एकत्र चहा पिणं, नाश्ता, जेवण ही प्रत्येक गोष्ट आनंद देणारीच आहे. शक्यतोवर त्याची वेळ एकत्र जुळवण्याचा जोडप्यानी प्रयत्न करावा.

शोभाला आणि मला दोघांनाही राजकारणापेक्षा सामाजिक कामात जास्त रस आहे. त्याचा आम्हाला खूप उपयोग होतो. शोभाचा मुळात जुळवून घेण्याचा

स्वभाव असल्यामुळे तिला कदाचित धार्मिक प्रवृत्तीचा नवराही चालला असता. ती जातिवंत भिडस्त असल्यामुळे खरोखर माझ्याशी लग्न करून, संसार करून ती पूर्णपणी खूष आहे याबद्दल माझी खात्री नाही.

शोभाच्यात नि माझ्यामधे एक मोठं साम्य आहे ते म्हणजे आम्ही आसपासच्या समाजाचा विचार, अभ्यास करतो आणि समाजपरिवर्तनाचा प्रयत्न करतो. मुळात आमची कुटुंबं अगदी निराळ्या प्रकारची होती. शोभाचं कुटुंब ग्रामीण भागातून शहरात आलेलं, याउलट माझं पक्कं शहरी. शोभाचं निमपारंपरिक आणि माझं निमआधुनिक कुटुंब होतं.

माझ्या अभ्यासात मला नीट कळलेलं आहे की, संपूर्ण आधुनिक किंवा संपूर्ण पारंपरिक असं कोणीच नसतं. सगळे 'निम'च असतात. जास्त प्रमाणात आधुनिकतेकडे झुकलेलं किंवा जास्त प्रमाणात पारंपरिकतेकडे झुकलेलं असं म्हणता येईल.

●

14) कुटुंबासाठी वेळ देणं

आमच्या ओळखीचा एक मुलगा लग्नापूर्वी सामाजिक कार्यकर्ता होता. लग्न करायचं ठरल्यावरची संसारातल्या जबाबदाऱ्यांची जाणीव त्याला नव्हती. लग्नानंतरच्या संसारातही त्याला 24 तासांच्या विभागणीतला कुटुंबाचा हिस्सा कधी कळलाच नाही. 'क्वालिटी महत्त्वाची आहे, क्वांटिटी नाही' असा वेळेच्या गणिताबद्दल कितीही प्रतिवाद केला तरी बायको आणि मुलं यांना टाइम क्वालिटीबरोबर टाइम क्वांटिटी लागतेच हे सत्य नवऱ्याला कळलं नाही, तर ते विसंवादाचं मूळ नाहीतर काय होणार?

उद्योगशीलता हा आपण गुण मानतो पण सतत काम करून माणसं वर्कोहोलिक बनतात. त्यांना घडीभरही शांत बसता येत नाही. यामुळे ती कितीतरी गोष्टी गमावतात. मुख्य म्हणजे कुटुंबासाठी वेळ द्यायला त्यांना जमत नाही. अशा कुटुंबात यावरून भांडणं चालूच असतात.

माझ्याकडे वैयक्तिक समुपदेशनाला येणाऱ्यांपैकी निम्मे लोक 'कॉम्प्युटर' क्षेत्रातले असतात. त्यांचे दोन मुख्य प्रश्न असतात.

1) त्यांना यंत्राशी संवाद उत्तम जमतो, पण माणसाशी नाही.

2) त्यांना फक्त नोकरीसाठी वेळ असतो. कुटुंबासाठी नसतो.

बहुतेकांना शनिवार-रविवारी सुटी असते, पण ते कुटुंबाबरोबर एकाग्रचित्त होऊ शकत नाहीत. त्यामुळे तो वेळ कुटुंबासाठी नसतो, त्यांच्या स्वतःच्या विश्रांतीचा असतो. कारण एरवी ते कुठच्यातरी कंपनीचे भरपूर पैसे मिळवणारे गुलाम असतात. गुलामगिरी नष्ट झालेली नाही, हे त्यांच्याकडे बघून पटतं.

अशा लोकांना एक महत्त्वाची गोष्ट समजलेली नसते. नवरा-बायको, मुलं, नातवंडं यांच्याबरोबर असणं हा फार मोठ्या आनंदाचा खजिना असतो. कसलीही अपेक्षा नाही, बंधन नाही, पण एकमेकांच्या सहवासाची नुसती ओढ हा प्रेमाचा अर्थ आहे.

●

15) व्यवस्थापन कौशल्यांचा वापर

तत्त्वज्ञानात आणि व्यवस्थापनशास्त्रात एक थिअरी शिकवतात.

'विरोधी विचारांचा सामना माणूस कसा करतो हीच खरी परीक्षा असते.' प्रत्यक्षात आपल्या बहुतेक कुटुंबांचा मुख्य विचार 'निराळं म्हणजे वाईट' असा असतो आणि आपल्यापैकी अनेकांची विरोधी विचाराला तोंड देण्याची तयारी झालेलीच नसते. त्यामुळे ताणाची परिस्थिती येतच नाही. लग्न झाल्यासरशी ती ताणाची परिस्थिती अकस्मात कोसळल्यासारखी समोर येते आणि त्यात गोंधळायला होतं. वागणुकीच्या चुका होतात. याच पुस्तकसंचामधला 'विवाह आणि व्यवस्थापन' हा लेख याबाबतीत उपयोगी पडेल.

व्यवस्थापनशास्त्रामधलं एक मूलतत्त्व आहे की, चुकीचं वागलं की शासन होईल याची भीती आणि चांगलं वागलं की बक्षीस मिळेल याची आशा या दोन गोष्टींच्या आधारानी जग चालतं. हे व्यवहारात, धंद्यात, व्यवसायात खरं आहे यात शंकाच नाही. हेच तत्त्व जोडीदार, मुलं यांच्याशी वागताना लोक वापरतात. त्यात घोटाळा होतो. त्यांच्याशी वागण्यासाठी विवाह अभ्यास आणि पालक शिक्षण यांचा स्वतंत्र अभ्यास करावा लागतो.

आमच्या ओळखीचं एक खूप खास कुटुंब आहे. नवऱ्यानी पैसे मिळवण्याचं काम अंगावर घेतलं. त्यांनी बायकोला पैसे खर्चण्याचं, निर्णयांचं स्वातंत्र्य दिलं. सामाजिक, कौटुंबिक, शैक्षणिक सगळे निर्णय बायको घेते. तो पैसे बिनतक्रार पुरवतो. या वर्णनाची कुटुंबं अगदी कमी असतात एवढं नक्की.

काही छोट्या गोष्टीवरून छोटे वाद असतात. वेळ पाळण्याच्या बाबतीत एखादा कडक तर दुसरा जोडीदार ढिला असतो. स्वच्छता, टापटीप या बाबतीतही नवरा-बायकोत छोटे वाद असतात. स्वयंपाकातल्या आवडत्या-नावडत्या पदार्थांवरून असतात. दिवे, पंखे बंद करणं, विसरणं यावरून असतात. अगदी विशिष्ट नावडत्या शब्दावरून, वाक्प्रचारावरून सुद्धा असतात. पण खरंच सांगतो, हे छोटे आणि सोडून देण्याचे विषय आहेत.

लग्नानंतरच्या पहिल्या रात्री एका जोडप्याचं भांडण झालं. विषय काय, तर ही कविता कुसुमाग्रजांची का शिरवाडकरांची. नवीन पिढीला कदाचित माहीत नसेल म्हणून सांगतो, शिरवाडकरांनीच कुसुमाग्रज हे नाव घेतलं होतं.

●

16) विवाहाचा अर्थ कळणं

नवरा-बायकोची फार भांडणं होतात म्हणून एक जोडपं समुपदेशनाला आलं होतं. कशामुळे काय झालं असेल हे स्पष्टच कळत होतं.

बेताचं शिक्षण झालं असताना लहानवयात लग्न झालं. तरुणवयात लग्न म्हणजे केवळ शरीरसंबंध अशी यांची कल्पना असावी. तारुण्यसुलभ आकर्षण दोघांना असेल. लैंगिक जीवन उपभोगताना चार मुलांचा जन्म झाला. मुलं लहान असताना दोघांना भरपूर वेळ मिळत होता. दोघं आनंदात होते. जीवनाचा उपभोग घेत राहिले. मुलं मोठी होऊ लागली, तशी बायको मुलांचं करण्यात जास्त गुंतत गेली. मुलांची शाळा, शिक्षण सुरू झाल्याबरोबर वाढलेला खर्च जाणवू लागला. त्याच सुमाराला नवरा रिकामा वेळ बाहेर मित्रांच्याबरोबर घालवू लागला. त्यातून हळूहळू दारू-खर्च-कर्ज-भांडणं इत्यादी दुष्टचक्रं सुरू झाली. अशी परिस्थिती रुळावर येण्यासाठी बराच काळ समुपदेशनासाठी यावं लागणार हे स्पष्ट आहे. त्याबद्दलच खरी शंका आहे.

विवाह म्हणजे काय? कौटुंबिक जीवन म्हणजे काय? मुलांना जन्म दिल्यावर काय जबाबदाऱ्या पालकांवर येतात? त्या कशा निभवायच्या असतात? ते नाही जमलं तर काय दुष्परिणाम होऊ शकतात? याबाबत औपचारिक शिक्षण तर कुठेच दिलं जात नाही. लहानवयात लग्न करणाऱ्या अपरिपक्व तरुण-तरुणींचा त्याबद्दल काही विचारच झालेला नसतो. पुढे प्रवाहपतिताचं जीवन जगताना पूर्वनियोजनाचा अभाव, बालकांच्या विकासाबद्दल, वर्तनाबाबतचं अज्ञान, पति-पत्नी नातेसंबंधांबद्दल काही माहीत नसणं, त्या सर्व समस्यांमधून व्यावहारिक समस्यांचा जन्म होतो. या व्यावहारिक खऱ्या समस्या नसून ती मानसिक समस्यांची लक्षणं आहेत, हे फक्त समजत नाही.

लग्नापूर्वी काही जणांच्या मनात एक विचार पक्का रुजलेला असतो. तो म्हणजे 'आपण आहोत तस्सेच्या तस्से जोडीदाराला आवडलेलो पाहिजे.' हे मूलतत्व म्हणून चुकीचं आहे आणि प्रत्यक्षातही शक्य नाही. विवाहाचा अर्थ म्हणजे दोघांनी एकमेकांना आवडेल असं बदलणं. त्यातला 'दोघांनी बदलणं' म्हणजेच मध्य काढणं. एवढी महत्त्वाची गोष्ट दोघांच्या डोक्यात शिरली की

बाकीचं सगळं तुलनेनी सोपं असतं.

मगाशी मी म्हटलं तसं लग्न ज्या पद्धतीनी ठरलं आणि झालं तिथे कदाचित दोन कुटुंबांच्या विसंवादाला सुरुवात झालेलीच असते. तो विसंवाद नंतर कळतो एवढंच. विवाहाचा खरा अर्थ आणि उद्देश माझ्या दृष्टींनी अगदी स्पष्ट आहे, तो म्हणजे 'समाजमान्य पद्धतीनी लैंगिक संबंध ठेवण्याचा परवाना.' मात्र सुसंस्कृत सहजीवनाच्या कल्पनेत हा परवाना मिळाला की सगळं झालं असं होत नाही. इतर अनेक बारीकबारीक तपशीलांबद्दल सुसंवाद लागतो. याच पुस्तक-संचात लैंगिक शिक्षणाची गरज आणि टप्पे दिले आहेत ते सगळ्यांनी जरूर वाचावेत.

लग्नानंतर कसं जगायचं याचे अधिकार नवरा-बायको दोघांना एकत्रितपणी मिळतात. त्या दोघांनी 'एकत्रित अधिकार' या शब्दाचा अर्थ समजून घेतला, तर एकत्र कुटुंबाच्या छपराखाली ते राहत असले तरीही ते अधिकार वापरता येतात. लग्नामधे, त्याच्या आधीच्या, नंतरच्या चुकीच्या आठवणी, मानापमान पुसून टाकण्याचं पहिलं 'प्रॉजेक्ट' दोघांना सुरू करायचं असतं. व्याह्याव्याह्यांचं जुळो न जुळो आपल्या दोघांचं जुळणं महत्त्वाचं आहे हे दोघांनी ठरवायला पाहिजे. या विषयात सासू-सून हाही विषय महत्त्वाचा ठरतो. कुटुंब एकत्र असलं तर त्याही प्रश्नाविषयी 'प्रॉजेक्ट क्र. 2' एकाच वेळी सुरू करावं लागतं. याखेरीज घरात दीर, नणंदा, वहिन्या, जावा असतात, पण माझं खरं मत असं की, नवरा-बायकोनी स्वतःच्या दोघांच्या नात्यावर लक्ष केंद्रित करावं आणि बाकीच्या नात्यांना नको इतकं महत्त्व देऊ नये.

अनेक संसारांच्यात नवरा-बायको आपापली कामं करत असतात. दोघं निरनिराळ्या ठिकाणी स्वतःच्या कामासाठी जातात, निरनिराळ्या लोकांना भेटतात. अशा जोडप्याला विवाहाचा अर्थ म्हणजे 'पहारा' कधीही वाटता कामा नये. कोण कुठे जातो, कोणाकोणाला भेटला, काय बोलणं झालं हे एकमेकांना जरूर सांगावं. ते आपणहून सांगणं याला खूप महत्त्व आहे. आपणहून हे त्यातलं अधोरेखित आहे.

सगळंच महत्त्वाचं असतं हे मला समजू शकतं, पण मूळ 'लक्ष्य' नवरा-बायकोचं सहजीवन समृद्ध करणं हे हवं. अनेक ठिकाणी ही महत्त्वाची गोष्ट न समजल्यामुळे सासूला खूष ठेवणं हा सुनेचा मुख्य उद्देश बनतो. कधी घरची इतर वृद्ध माणसं, कधी घरचा व्यवसाय, कधी आजारपणं, कधी घरातली एखादी

अपंग किंवा मतिमंद व्यक्ती 'फोकस' बनते आणि 'नवराबायको दोघांचं विश्व' याकडे कमी लक्ष दिलं जातं. अशी चूक झाली तर नवराबायकोच्या संबंधात खूप बिघाड झाल्यावर ते लक्षात येतं.

जोडीदाराच्या ओळखीपैकी सगळी माणसं आपल्याला आवडतीलच असं नाही. स्वतःच्या नावडत्या पण जोडीदाराच्या संपर्कातल्या अशा व्यक्तीशी फार गूळपीठ होणार नाही हे मान्य आहे, पण प्रत्यक्ष वाईट कधी वागू नये. मगाशी म्हटलं तसं बाकीच्या अशा नात्यांकडे दुर्लक्ष करावं. स्वतःला त्रास करून घेऊ नये आणि जोडीदारालाही वैताग देऊ नये. सासू-सून याखेरीज इतर नात्यांविषयीही आपण बोलू या, पण त्यापूर्वी काही उदाहरणं बघूया. बहुधा सगळं आपोआप स्पष्ट होईल, काही सांगावं लागणारच नाही.

उदाहरण क्र. 1

तरुण जोडपं. लग्न होऊन तीन वर्षं होतायत. मुलगा एक वर्षाचा. नवऱ्याचे पूर्वीचे मित्र भरपूर आहेत पण बायकोला ते आवडत नाहीत. तिचं म्हणणं आता त्यानी तिच्याबरोबरच यायला हवं. मित्र दुखावतात. नवरा दुखावतो. या ताणामुळे सासूलाही ती दुखावते. तिचा स्वभाव सेल्फ सेंटर्ड आणि मटीरिॲलिस्टिक आहे. माणसांचं तिला फार प्रेम नाही. आपल्याला मोठा फ्लॅट असावा, घरात सगळं असावं, साड्या झकपक असाव्यात, नवऱ्यानी ऐटीत राहावं ह्याच अपेक्षा. हा नवरा लग्न झाल्यापासून उदास दिसतो. त्याचा कोंडमारा होतोय. अनेक जणांनी बोलून पाहिलं, पण तिला पटत नाही.

मुळात नवरा जॉली, मनमिळाऊ आहे. मित्रमंडळ बरंच आहे. तो सर्वांसाठी करणारा आहे. तिला वाटतं माझं ऐकायचं नाही तर लग्न कशाला केलं? आता मैत्रिणींना भेटायचं नाही. त्यांचं कौतुक मला सांगायचं नाही. नवरा वैतागलेला. तिला स्वतःच्या किंवा त्याच्या आईवडिलांचंही काही पटत नाही. या नवराबायकोनी लग्नाआधी जरा स्पष्ट विचार केला असता तर किती सोपं झालं असतं! यापुढे इलाज करता येईल पण दोघांनी समुपदेशनाला यायचं ठरवलं तरच.

उदाहरण क्र. 2

दुसऱ्या एका संसारात आपापल्या स्वभावानुसार दोघांनाही आपण म्हणतो ते अगदी बरोबर आहे, असं वाटत असतं. घरात काही चांगला खाण्याचा पदार्थ

केला, तो कुणा पाहुण्याला दिला. त्यामुळे संपला. घरच्यांना कमी पडला. यावर एकाचं म्हणणं तो पदार्थ द्यायचा नाही. दुसऱ्याचं म्हणणं एवढं काय? तो पदार्थ पुन्हा करता येईल. पाहुण्याला तो देणं यानी मला बरं वाटलं. त्यावर पहिल्याचं म्हणणं, घरातल्या लोकांची पर्वा करायची नाही ही चांगली गोष्ट नाही. पण हेतू पर्वा करण्या न करण्याचा नव्हताच. पहिल्याचं म्हणणं असं की, कुठलाही पदार्थ महागाचा असला तरी पुन्हा करण्याची आपली ऐपत नाही. शिवाय पाहुण्याला तो पदार्थ कदाचित नको असताना उपचार म्हणून खाऊ घालायचा आणि घरच्यांना अतृप्त ठेवायचं हे योग्य कसं? उपचार म्हणून पाहुण्याला इतर काहीतरी पदार्थ सहज देता आला असता. दोघांच्याही म्हणण्यात तथ्य तर आहे, त्यामुळे मध्यच काढायला हवा. व्यवस्थित बसून शांतपणे चर्चा केली की, प्रश्न सुटण्याजोगा आहे.

नवऱ्याची इतर समवयस्क स्त्रियांशी असलेली मैत्री आणि बायकोची समवयस्क पुरुषांबरोबरची मैत्री ही दोघांमधल्या नात्याला काही प्रमाणात फायदेशीर ठरते का? त्यांनी याचा शोध घ्यायला पाहिजे होता. ते दोघांना कसं पटावं? एकाच्या स्वभावामुळे मित्र असतात. दुसऱ्याला नसतात.

याबाबतीत मला वाटतं की, मुळात पुरुषाला स्त्री कशी असते, हे माहिती होण्यासाठी आई-बहिणी पुरत नाहीत, मैत्रिणीच लागतात. स्त्रीलाही वडील आणि भाऊ उपयोगाचे नसतात, मित्रच लागतात. या प्रवासात प्रेमभंग झाले की, तात्पुरतं वाईट वाटलं तरी स्त्री म्हणजे काय, पुरुष म्हणजे काय हे नीट कळतं. त्यापुढे जाऊन मी तर म्हणतो, दोन-तीन प्रेमभंग हे जोडीदाराचं क्लाफिफिकेशन मानलं पाहिजे. स्त्री-पुरुषांचं नैसर्गिक आकर्षण हा विषय नीट समजावून मात्र घ्यायला हवा. तोही नवरा-बायको दोघांनी. त्यासाठी तर विवाह-अभ्यास करायचा.

नवरा-बायकोचे काय संपूर्ण कुटुंबानी लक्षात ठेवण्याजोगी एक गोष्ट आहे. ज्या विषयाबद्दल मतभेद असेल त्याबद्दल वैयक्तिक पातळीवर कुठच्याही परिस्थितीत वाद घालायचा नाही. जो मतभेद एकट्यानी खाजगीत बोलून झटपट संपत नाही, त्याबद्दल बोलणं तात्पुरतं थांबवायचं आणि तो मुद्दा गटचर्चेच्या स्वरूपात संवादासाठी टाकायचा. त्यासाठी नियमित भेटणाऱ्यांचा गट लागतो. तो नसला तर तयार करावा. गटचर्चेत हा प्रश्न स्वतःचा आहे हे सांगितलंच पाहिजे असं नाही. नवरा-बायको कदाचित हे मान्य करतील पण ज्येष्ठांना हे पटत नाही

हे दुर्दैव आहे. विशेषतः बाप-मुलगा-मुलगी, आई-आजी-आजोबा-मुलं यांच्यात असे गट आणि गटचर्चा जवळजवळ अशक्य ठरतात, पण तोच त्यावर उपाय असतो.

●

17) सर्वांत महत्त्वाची गोष्ट– संवाद

आणखी एक चुकीची गोष्ट नवरा-बायको दोघंही करत असतात पण त्यात नवऱ्यांचं प्रमाण जास्त आहे. अनेक नवऱ्यांचा असा विश्वास असतो की, त्यांचं बायकोवर प्रेम असलं तरी शब्दांत कौतुक करायची गरज नाही. बायकोचं कौतुक केलं की, ती डोक्यावर बसते. हा विश्वास बाळगून जो सगळ्यांशी असाच वागेल त्याचा संसारच काय सबंध आयुष्य कसं असेल आपण कल्पना करू शकतो की!

न बोलणं, दुसऱ्याला दुखवून बोलणं आणि दुसऱ्याला न दुखवता बोलणं यांत खूप फरक आहे. समस्येच्या विश्लेषणातून लक्षात येतं की, नवरा बरेचदा बोलतच नाही आणि 'मी बोललो तर पत्नी भांडते', असं सांगतो. दुसऱ्याचे दोन कटू शब्द शांतपणी ऐकून त्याला निर्भीडपणे उत्तर देणं ही संवादप्रक्रियेमधली एक कला आहे. नवऱ्याला ते मुळीच जमत नाही याचं प्रमाण फार आहे. त्यासाठी या पुस्तकसंचामधे 'संवादाची कला' यावर सविस्तर लेख आहे. तो जरूर वाचावा.

सगळ्या प्रकारच्या कौटुंबिक विसंवादात आणखी एक गोष्ट सगळ्यांनी लक्षात ठेवायला हवी आहे. माणसं दुष्ट नसतात, मूर्ख नसतात. त्या वेळेला योग्य ती गोष्ट त्यांच्या लक्षात येत नाही किंवा ती त्यांना माहीत नसते. काही वेळा समजलेली नसते. थोडं थांबून हा विचार करता आला तर खूप विसंवाद टळतील.

योग्य बोलण्याची कला याविषयी आपण 'संवादकला' या लेखात अगदी सविस्तर बोलणार आहोत तरी इथे थोडक्यात ते सांगतो. 'थोडक्यात, स्पष्ट आणि गोड' बोलणं याचा बराच अभ्यास कौटुंबिक वातावरणात आवश्यक आहे आणि त्याचं 'मॉडेल' म्हणजे 'कोर्ट'. कोर्टात न्यायाधीश वकिलांना सारखे हेच सांगतात. मुद्देसूदपणी, टप्प्याटप्प्यानी आपला मुद्दा सभ्यपणे मांडा हे जे न्यायाधीश सांगतात ती म्हणजे बोलण्याची योग्य पद्धत. कुटुंबचर्चेमधे त्याची जरूर आहे.

या सगळ्याला एका छोटा फायदेशीर आणि सोपा शॉर्टकट काही लोक शोधतात. शब्द आणि कृत्रिम शब्द. ते इंग्रजीत 'सॉरी', प्लीज 'थँक यू' म्हणत सुटतात. प्रत्यक्षात चांगले शब्द वापरून भावना व्यक्त करण्याचं कसब हे फार महत्त्वाचं आहे, पण ते कृत्रिम होता कामा नये.

कौटुंबिक विसंवादात एक गोष्ट अनेक वेळा सापडते. काही माणसं संवेदनाक्षम असतात, पण फक्त दुसऱ्याच्या चुकलेल्या गोष्टींच्या बाबतीत. ते दुसऱ्याचं शब्दांत कौतुक करूच शकत नाहीत. दुसऱ्याविषयी चांगले शब्द त्यांच्या तोंडातून बाहेर पडूच शकत नाहीत. अशी समजूत करून घेतात की, आपल्याला इतरांसारखी तोंडावर खोटी स्तुती जमत नाही. त्यांनी खोटी स्तुती करावी असं आपणही म्हणत नाही, पण खरोखर चांगली, उपयोगी स्तुती करण्याजोग्या गोष्टीलाही ते चांगलं म्हणू शकत नाहीत. अशी माणसं इतरांना कुठलीही गोष्ट पटवण्यात हमखास कमी पडतात.

आणखी एक तंत्र विसंवादाच्या प्रसंगी नवराबायकोनी वापरून बघण्याजोगं आहे. अमुक एक गोष्ट पटत नाही हे सांगायचं, पण थोडक्यात, शक्यतोवर एका वाक्यात आणि स्मितहास्य करत सांगायचं. त्यानंतर तो विषय तिथेच थांबवायचा. नंतर सावकाश तो आठवणीनी बोलायचा. हे करताना दुसऱ्याला दोष द्यायचा नाही. फक्त स्वतःची अडचण सांगायची.

सगळ्यांनी आयुष्यभर लक्षात ठेवण्याची गोष्ट आहे. स्वतःची मुलं, दुसऱ्याची मुलं, नवराबायको, आईवडील, भाऊ-बहीण सगळ्या नात्यांच्या बाबतीत लागू पडणारी एक गोष्ट आहे. 'कौतुकानी काही चांगलं बोलायचं असेल तर लगेच आणि सगळ्यांच्या देखत बोलावं आणि टीका करायची असली तर ती नंतर आणि एकांतात करावी.' नवरा-बायको एकमेकांच्या बाबतीत आणि मुलांच्या बाबतीत बरोबर उलट करतात.

'मी तुझ्याशी बोलतोय, बहिरा आहेस का?' अशी रागारागानी बोललेली वाक्यं खूप ठिकाणी ऐकू येतात. तीही खरी टाळायला हवीत.

आमच्या ओळखीतल्या एका बापानी चांगल्या हेतूंनी मुलाला लहानपणी खूप रागवारागवी, मारझोड केली. मोठा झाल्यावर वडलांनी मुलाशी संवाद साधला असता तर त्यांनी चूक कबूल केली असती आणि कदाचित निराळं घडलं असतं. प्रत्यक्षात तसं झालं नाही. एका घरात राहून बाप-मुलगा एकमेकांशी एकही शब्द बोलत नाहीत.

कष्टकरी वर्ग शक्यतोवर काही बोलत नाही, कारणं सांगत नाही, उलगडा करत नाही हे आपल्याला माहिती आहे. याच प्रकारे कधीकधी सुशिक्षित मध्यमवर्गातला माणूसही वागतो. जोडीदार कारण ओळखू शकला नाही तरी मनं बिघडतात.

●

18) राग, धमक्या, रागवारागवी, रुसणं

राग येणं चुकीचं, धमक्या देणं वाईट, रागवारागवीनी काही साध्य होत नाही हे तत्त्व म्हणून सगळे मान्य करतात. प्रत्यक्ष त्याप्रमाणे वागणारी मात्र 10,000 लोकांच्यात 1 व्यक्ती असते.

घरगुती सत्याग्रह या स्वरूपात का होईना, हे प्रकार घराघरांत चालूच असतात. घरगुती सत्याग्रह म्हणजे तू अमुक केलं नाहीस तर मी जेवणार नाही वगैरे. कुटुंबातल्या धमक्यांचा काही काळ परिणाम होऊ शकतो. पण जेव्हा केव्हा समोरच्या व्यक्तीला ती धमकी खोटी आहे असं कळतं, तेव्हापासून त्या तंत्राचा उपयोग होईनासा होतो. नवरा-बायको, आई-वडील, भावंडं अशा 'ब्लॅकमेल' पद्धतीनी वागतानाची कुटुंबातली नाती सिनेमा-नाटकांच्यात रंगवलेली असतात, कारण संघर्ष हे करमणुकीचं मूळ कथाबीज असावं लागतं.

खरं म्हणजे काय व्हायला पाहिजे की, नवरा-बायको, कुटुंबीय यांच्यात मतभेद झाला तर तो मतभेदाचा मुद्दा वगळून त्या व्यक्तीकडे पाहता आलं पाहिजे. त्या मतभेदाच्या मुद्द्यामुळे सबंध माणूस बाद होत नाही हे कळलं पाहिजे. अबोला, न जेवणं, लहानांवर चिडचिड हे तर पूर्ण कटाप व्हायला हवं. असं वागणं फक्त लहान मुलांनाच शोभतं. प्रत्यक्षात तसं कुणी मोठं माणूस वागलं तर अशी माणसं स्वतःचं हसं करून घेतात. लोक तोंडावर नाही हसणार, पण पाठीमागे टिंगलच करणार. दुर्दैवानी काही भांडणं मारामारी, ढकलाढकली इथपर्यंतही पोचतात.

अशा प्रसंगांशी सुसंगत असं एक रूपक सांगतो. एखादं दार घट्ट लागलं तर ते उघडण्यासाठी माणूस जास्त जोर लावणार. जेव्हा ते उघडेल तेव्हा मोठा आवाज होणार आणि मोठा धक्का बसणार. नवराबायकोच्या मानसिक संबंधाचं तसंच असतं. जेवढा विरोध प्रखर तेवढी प्रतिक्रिया अतिप्रखर. नवराबायको दोघंही या दुष्टचक्रात सापडतात. त्रयस्थाला तर सुरुवात कोणी केली हे उलगडतच नाही. समुपदेशक म्हणून अशी माझी अवस्था झाली की, निराळ्या पद्धतीनी मार्ग काढावा लागतो. तो मार्ग मी पुढे सांगणार आहे.

अशा भांडखोर जोडप्यांची संख्या तुम्हाला वाटते त्यापेक्षा फार जास्त

आहे. ज्या सुशिक्षित, सुसंस्कृत मराठी भाषिक लोकांच्या अभ्यासात जीवनसाथ विवाह अभ्यास मंडळ काम करतं त्यात तर बहुतेक जोडप्यांच्यात मानापमान, भाऊबंदकी, संशयकल्लोळ या नाटकांचे प्रयोगांवर प्रयोग रोज चालू आहेत. पुरेसा वेळ न मिळाल्यामुळे रोज एकच खेळ होऊ शकतो. हाच प्रकार इतर नात्यांच्यातही आहे. मित्र-मैत्रिणी, सहकारी, सहाय्यक, कनिष्ठ, वरिष्ठ, नोकर सगळ्या बाबतींत रोज रस्सीखेच, फसवणूक करणं किंवा सहन न करणं यांची कुस्ती सतत चालू असते.

नातेसंबंध, पैसे आणि आत्मसन्मान या तीन विषयांच्या पलीकडे चौथा विषय संभवत नाही. पण या तीनही विषयांबद्दलचा मूळ मुद्दा असा आहे की, मूल्यं साधारण एकमेकांशी जुळणारी असली तरी तपशील निराळे असणारच. बारीक मतभेद असले तरी त्या मतभेदांच्यातून अर्थपूर्ण संवादही साधता येतो किंवा त्याला भांडणाचं स्वरूपही देता येतं. तपशीलामधला फरक हे भांडण नाहीच. वैचारिक विकासासाठी आवश्यक असलेला तो मतभेद आहे हे लक्षात ठेवावं, मूल्यांच्यात फरक असला तर मात्र ते भांडण ठरतं. मतभेद असला तर अधिक अभ्यास करून, विचार करून मार्ग निघू शकतो. भांडण असेल तर नुसती झिंज्या उपटाउपटी होते. वैयक्तिक अपमानाची स्पर्धा सुरू होऊ शकते. 'तू तू मैं मैं'मुळे मनं अधिक दुखावली जाऊन विसंवाद वाढत जातो.

एक विनोद तुम्ही ऐकलेला किंवा वाचलेला असेल, पण इथे तो सांगणं एकदम चपखल असल्यामुळे सांगतो. एका घरातून नेहमी हसण्याचा आवाज ऐकू यायचा. शेजाऱ्यांनी शेवटी त्यांना विचारलं, 'तुमची जोडी म्हणजे आदर्श जोडीच म्हणायला हवी. तुम्ही नेहमी हसत असता.' नवरा म्हणाला, 'माझी बायको मला भांडी फेकून मारते. नेम लागला की ती हसते. नेम चुकला की मी हसतो.'

मानसशास्त्रातलं एक मूलतत्त्व सांगतो, प्रत्येक माणूस स्वतः कायम स्वतःच्या दृष्टिकोनातून क्र. 1 चा महत्त्वाचा माणूस असतो. म्हणजे असलाच पाहिजे. लग्न याचा अर्थ क्र. 2 वर जोडीदार यायला हवा. हे नवरा-बायको दोघांना किंवा त्यांपैकी एकाला समजत नसलं तर संघर्षाला सुरुवात होते. कित्येक विवाहांच्या विसंवादाचं कारण हे असतं. जोडीदाराला नं. 3 ची जागा चालत नाही.

प्रत्येकाची काही काळ कळ सोसण्याची तयारी, इच्छा असते. काहींना ती कळ सोसत नाही. कळ शारीरिक, वैचारिक, भावनिक असली तरी ती वेदनाच. काहींचा त्याला तात्त्विक विरोध जास्त असतो, कारण न्यायबुद्धी प्रखर असते.

इतर लोक अन्याय करणारच. तो सोसणाराच फक्त भांडणाशिवाय राहू शकतो. कसं भांडायचं हाच विषय शिकण्याजोगा आहे.

जसंजसं जास्त लोकांना मी भेटतोय तसं भांडणाचं एक कारण मला स्पष्ट व्हायला लागलंय आणि त्याचं प्रमाण वाढत चाललंय. त्या सगळ्यांचा एकच प्रश्न असतो. त्यांना राग आवरता येत नाही. मग काय, पुढचे परिणाम ठरलेले असतात. मुलांना मारणं, जोडीदाराला वेडंवाकडं बोलणं, नोकरांवर तोंडसुख घेणं, स्वतः धुमसणं वगैरे. राग आवरण्याच्या तंत्रांबद्दल तुम्ही ऐकलं असेल, पण सर्वांत प्रथम करण्याची गोष्ट म्हणजे ज्या व्यक्तीचा, घटनेचा राग आला आहे त्याच्या दृष्टिकोनाचा विचार करणं. त्यासाठी भावनांक वाढवण्याची सगळी धडपड करायला हवी. दुसरी गोष्ट म्हणजे लगेच काही न बोलता नकारात्मक मान हलवणं. तिसरी म्हणजे थेट सांगणं की मला हे पूर्ण पटलेलं नाही, पण आपण त्याविषयी नंतर बोलू. एवढ्यानी राग शांत होत नसेल तर त्या व्यक्तीला उद्देशून पत्र लिहिणं. प्रथम मुद्दे, मग मजकूर. तो मजकूर त्या व्यक्तीला पाठवला, दिला नाही तरी चालेल. कारण तो मजकूर मुळात स्वतःसाठीच लिहिलेला असतो. समजा, या सगळ्यामधे किंवा नंतर त्या व्यक्तीशी बोलणं जमलं तर ते चारचौघांच्या देखत न बोलता खासगीत बंद खोलीत बोलावं. विरोधी विचाराचा सामना करताना बोलण्याची योग्य तंत्रं याबद्दल 'संवादकला' या लेखात सविस्तर मजकूर आहे, तो अवश्य वाचावा. राग आवरण्याचे मार्ग हाही लेख वाचला तर फायदा होईल.

राग आवरण्याचं तंत्र शिकणं आणि माफ करायला शिकणं या दोन गोष्टी नवराबायकोंनी आत्मसात केल्याशिवाय समाधानकारक संसार अशक्य आहे. राग तात्पुरता असतो, पण त्याचाही त्रास होतोच. चूक जोडीदारानी शब्दांत मान्य केली तर फारच छान, पण शब्दात कबूल नाही केली तरी जर माफ करणं एखाद्याला जमतच नसेल तर तो काटा सलतच राहणार. आणि तरी प्रत्येकाच्या मनात एक यादी तयार असते. कोणाशी चुकीच्या शब्दांत, चुकीच्या सुरात बोललं तर चालेल आणि कोणाशी नाही हे ठरलेलं असतं. त्याची उतरंडही पक्की असते. घरमालक, नोकरीच्या ठिकाणाचे मालक, मोठे सरकारी ऑफिसर, परकी-अनोळखी माणसं, पाहुणे, नातेवाईक, मित्र, त्यानंतर उतरंडीत शेवटी बायको (पारंपरिक पुरुषांची यादी आहे ही) आणि मुलं शेवटी. काही लोक स्पष्ट सांगतातच, 'बायको म्हणजे पायातली वहाण'. त्यांच्या दृष्टीनी बायको म्हणजे

वहाण तर मुलं म्हणजे कोण असतील?

काही लोक भांडणं व्हायला पाहिजेत, नवराबायकोत भांडणांशिवाय मजा नाही, असं बोलताना तुम्ही ऐकलं असेल. त्याचा खरा अर्थ सांगायचा राहून जातो. भांडण सुटण्याचा आनंद खूप असतो. तो मिळवण्यासाठी भांडणं तर व्हायला पाहिजेत! तो अनुभवही महत्त्वाचा असतो.

समुपदेशनाच्या इतक्या वर्षांच्या अनुभवात मी अशा व्यक्ती बघितल्या आहेत की, ज्या बोलायला लागल्या की थांबूच शकत नाहीत. काहीतरी कारणामुळे अशी मानसिक विकृती निर्माण झालेल्यांमधे स्त्रियांचं प्रमाण लक्षात घेण्याजोगं जास्त आहे. कष्टकरी निरक्षर समाजात केवळ करमणूक म्हणून भांडण काढतात. पण सुशिक्षित चांगल्या घरात याला आजारच समजायला हवा. त्यांना भांडणात आनंद वाटतो असंच निरीक्षणात आढळून येतं. वाद झाला, भांडण झालं तरी कायम लक्षात ठेवण्याची एक गोष्ट आहे. ती म्हणजे कोणाचाही अपमान करण्याचा अधिकार स्वतःला नाही.

भांडणात एक व्यक्ती जर दुसरीला म्हणाली, 'घे शपथ. पुन्हा असं वागणार नाही असं म्हण. तसं लिहून दे' तर आत्मसन्मान दुखावतो. कधी कधी तर त्या व्यक्तीच्या दृष्टिकोनातून चूक झालेलीच नसते. तेव्हा तर तो फार अपमान वाटतो.

मगाशी आपण म्हणालो की, नवराबायकोची भांडणं होणारच. हा शब्द मला बदलायचा आहे. त्याऐवजी आपण म्हणूया की, मतभेद असणार आणि होणारच. पण मतभेद म्हणजे भांडण नव्हे. मतभेदांमुळे तर चर्चा होतात आणि त्या उपस्थित झालेल्या प्रश्नांना उत्तरं शोधताना, उत्तरं देताना विचार स्पष्ट होत जातात आणि अर्थात मतभेद संपला की, त्यात खूप आनंद असतो हे मान्यच आहे.

आणखी एक स्वतंत्र तत्त्व सांगतो. भीतीच्या मागे नेहमी अज्ञान असतं. कितीही अडचणीची, त्रासदायक गोष्ट असो, त्या विषयीची माहिती मिळाली की भीती कमी होते. थोडा अनुभव मिळाला की भीती आणखी कमी होते. या पायऱ्या समजण्यानी फायदा होतो. राग जेव्हा येतो तेव्हा बहुतेक वेळा स्वतःचा जास्त राग आलेला असतो. तोही पायरीपायरीनी चढत-उतरत जातो. या दोनही बाबतींत दुसऱ्याला समजण्याच्याही पायऱ्या असतात. ती एक-एक पायरी चढत जाण्याइतका धीर असला तर अनेक विसंवाद टळतात.

लग्नानंतर लग्नाच्या जोडीदाराशी जेव्हा भांडण होतं तेव्हा चार गोष्टी लक्षात ठेवायला हव्यात. एक म्हणजे जोडीदार मुद्दामून त्रास देण्यासाठी काहीही

करणं शक्य नाही, जी झाली ती गैरसमजूतच असणार याची खात्री हवी. दुसरं म्हणजे वादात दोघांनीही थोडीतरी चूक केलेली असतेच. सुरुवात कोणी केली याला काही महत्त्व नसतं. लवकरात लवकर चूक कबूल करून माफी मागणं हा एकच मार्ग असतो. तिसरी गोष्ट – महत्त्वाची गोष्ट कुठची नि किरकोळ कुठची याची समज. किरकोळ गोष्ट न बोलता सोडूनच द्यायला हवी. आणि चौथी म्हणजे भांडण मिटवण्यात पुढाकार कोण घेतो? जो शहाणा असेल तो.

अनेक वेळा, अनेक ठिकाणी मी आधुनिक वैवाहिक आयुष्याचा सारांश सांगितला आहे. पुन्हा एकदा सांगतो, आधुनिक नवरा-बायकोच्या संसारात दोघांचंही अनेक विषयांबद्दल काहीतरी म्हणणं असतं. कितीही तपासण्या लग्नाआधी केल्या, तरी शेवटी दोघांच्या म्हणण्याचा मध्यच काढावा लागतो, नाहीतर विसंवाद होतो. मी आणि शोभानी जीवनसाथच्या मदतीनी ते मध्य कसे काढले हे मी पुढे सांगणारच आहे. कारण त्याशिवाय आम्ही इथपर्यंत पोचलोच नसतो.

शोभा म्हणते, 'काही मतभेदांचं गाठोडं बांधून उंच फळीवर ठेवून द्यावं लागतं' त्यावर शंका लोकं विचारतातच. नेमकं कशाकशाचं गाठोडं? काही गोष्टी कधीच विसरता येत नाहीत त्यांचं काय? गाठोडं फळीवर ठेवलं याचा अर्थ स्टुलावर चढून ते काढता येणार. त्यापेक्षा ते फेकूनच द्यायला हवं. माझं मत तुम्हाला सांगून ठेवतो. फेकून दिलं तरच पूर्ण विसरता येतं, पण ती फार-फार कठीण गोष्ट आहे. मला जमलं आहे असं मी म्हणू शकत नाही, पण मी व्यवस्थापनशास्त्राच्या मदतीनी प्रयत्न तर करतो. बरेच लोक यासाठी अध्यात्माच्या वाटेवर जाताना मी पाहतो. मी अध्यात्माच्या मार्गानी जाणारा नसल्यामुळे व्यवस्थापनाच्या वाटेनी जातो.

एक गोष्ट आपल्याला मान्यच करायला हवी की, 'अजातशत्रू' नावाचा शब्द असतो, पण अशी एकही व्यक्ती नसते. तसाच 'जगन्मित्र' नावाचा शब्द असतो, पण अशी एकही व्यक्ती नसते. सबंध मानवाच्या इतिहासात कधीही नव्हती. एखादी व्यक्ती आवडणं, एखादी नावडणं हे पण नैसर्गिकच आहे. दुसऱ्याची काहीतरी चूक होणं, कधीकधी जाणीवपूर्वक वाईट वागणं याचं प्रमाण कमी असलं तरी ते नैसर्गिकच आहे. त्याचबरोबर आपली स्वतःचीही चूक होऊ शकते. कधीकधी कमी प्रमाणात पण आपणही हेतूपूर्वक वाईट वागतोच. समजा, दुसरा आपल्याला त्याबद्दल बोलला तर आपण खपवून घेतो, पण फार बोलला तर नाही चालत. मग 'चुका माणसाच्याच हातून होतात', 'एवढं कशाला बोलायला पाहिजे!' असं सगळं आपल्या मनात येतं.

सर्वांत चांगली गोष्ट म्हणजे दुसऱ्यानी काही म्हणायच्या आधी आपणच आपणहून स्वतःची चूक कबूल करावी. तेव्हा माफी मागणं हे सोपं असतं. दुसऱ्यानी चूक लक्षात आणून दिल्यावर कबूल करावी लागली की, माफी मागणं जास्त कठीण होतं. अशा वेळी दोन्ही हात स्वतःच्या नाकासमोर आपटून 'माफ करा' म्हणण्याची पाळी येते.

प्रत्यक्ष आयुष्यात रोज अनेक चुका, नासमझपणा, दुष्टपणा सगळं आपल्याला आसपास दिसत असतं. वाहनांचे बारीकसारीक अपघात होतात. बहुतेक वेळा दोन्ही वाहनांच्या दोन्ही ड्रायव्हर्सची चूक असते, पण कसे 'तूच तूच' करून दोघंही गुरगुरत असतात! ऑफिसमधे असिस्टंटची चूक झाली की, किती बोलायचं हे सीनियरला न समजल्याची खूप उदाहरणं आपण बघतो. मुलांना पालक बोलतात ते तर ऐकवतच नाही. ही सगळी विसंवादाची किंवा पुढे होणाऱ्या गंभीर विसंवादाचीच लक्षणं आहेत.

स्वतः भांडण न काढता पण नुसता दुसऱ्यानी केलेला अन्याय सहन न करणाऱ्या माणसावर सुद्धा राग काढणारी माणसं दिसतात. खरं म्हणायचं तर अन्यायाविरुद्ध भांडायलाच पाहिजे. ते आपल्याला जमत नाही हे कळलं की त्याचा स्वतःला त्रास होतो. या बाबतीत सबंध समाजाशीच भांडण म्हणजे विसंवाद असतो आणि त्याचा खूप त्रास होतो. हा विसंवाद योग्य-अयोग्य, खरं-खोटं, न्याय्य-अन्याय्य अशाबद्दल स्वतःचा स्वतःशी असतो. त्याच्यावर बरंच काम करावं लागतं. अधिकाधिक स्पष्ट विचार करावा लागतो.

आपल्या समाजाची परिस्थिती मला अशी दिसते. खऱ्या महत्त्वाच्या गोष्टीबद्दल विचारांची देवाणघेवाण राहून जाते. छोट्या विषयात भांडाभांड करून लोक ती संधी आधीच घालवून बसतात.

समुपदेशनात वारंवार आढळणारी एक गोष्ट सांगतो. भांडणाचा उघड दिसणारा विषय बहुधा खरा विषय नसतोच. खरा विषय शोधणं महत्त्वाचं ठरतं.

मला सुशिक्षित, सुसंस्कृत घरांतले काही नवरे आणि जास्त प्रमाणात बायका माहिती आहेत की, जे वेडंवाकडं बोलायला लागले की, त्यांना थांबताच येत नाही. त्यांना शब्द आवरता येत नाहीत, स्वर आवरता येत नाही आणि मुख्य म्हणजे दुसरा माणूस समोरून निघून गेला तरच थांबता येतं. अशा संसाराचं खरंच कठीण असतं.

●

19) मारहाण- हिंसेचे प्रकार

सुशिक्षित, सुसंस्कृत घरात नवरा बायकोला कधी मारत नसेल असं आपल्याला वाटतं, ते खरं नाही हे मी खात्रीनी सांगतो. मारण्यासाठी सबबी सांगणारे नवरे असतातच. स्वसंरक्षणासाठी मारलं असं म्हणतात. कुटुंबातल्या दुसऱ्या कुठल्यातरी व्यक्तीच्या रक्षणासाठी मारलं असं सांगतात. राग आल्यामुळे शारीरिक ताकदीचा वापर करून बायकोला मारणारा नवरा असला तर, त्यांना मी विनंती करीन की, असा बळाचा वापर त्यांनी करू नये. मारण्यामुळे कायद्याच्या कचाट्यात सापडण्याचीही शक्यता असते हे कायम लक्षात ठेवावं.

आपल्या घराला आपण सुसंस्कृत समजत असलो तर आपण कोणालाही मारायबिरायचं नसतं. ते आपल्याला जमणार नाही. मग पुढे काय होतं? आपल्यापेक्षा लहान असलेल्याला मारायचं. ते शक्य आहे. म्हणून लोक मुलांना मारतात.

मगाशी झोपडीतल्या वैवाहिक आयुष्याचा उल्लेख केला, त्यांच्यात नवरा बायकोला मारणार हे गृहीतच धरलेलं असतं. शोभा मागे पुण्याच्या एका झोपडपट्टीत प्रौढ शिक्षणासाठी जायची. तिथल्या बायका म्हणायच्या 'नवरा आपल्या बायकोला नाही मारणार तर कोणाला मारेल?' आपला विषय मध्यमवर्गीय वैवाहिक आयुष्याचा असल्यामुळे झोपडपट्टीबद्दल आणखी सांगणं योग्य होणार नाही.

शोभाचं आणि माझं दोघांचं अनेक वर्षांच्या विचारांनी असं पक्कं मत बनलेलं आहे की, जेव्हा माणूस आपला तोल घालवून रागवतो तेव्हा तो अशा प्रकारे दुसऱ्याला वेडवाकडं बोलतो की, त्याचं त्याला स्वतःलाच जास्त वाईट वाटतं.

आपण दुसऱ्याला याप्रकारे हे शब्द बोललो याबद्दल स्वतःला शरम वाटते. भान एकदा गेलं की, माणूस खुशाल हात उगारतो, मारतो. पण मारल्यानंतर स्वतःला बरं वाटतं, आनंद होतो असा माणूस मात्र आपल्या ओळखीच्या वर्तुळात असूच शकत नाही. मुलांना मारण्याची तर जवळजवळ सगळीकडे पद्धत असते. तो आपला हक्क आणि कर्तव्य आहे, अशा पद्धतीनी आई-वडील मुलांना मारतात, पण नंतर पालकांना वाईट वाटतं, पश्चात्ताप होतो असं पालक सांगतात.

माझ्या ओळखीचा एक मुलगा मला सांगायचा की, त्याचे वडील त्याला वयाच्या विशी-बाविशीपर्यंत खुशाल थोबाडीत वगैरे मारायचे. शेवटी त्यानी शिक्षण पुरं केलं, नोकरी मिळवली आणि घर सोडलं तेव्हा मार थांबला. त्या मुलाच्या आईवडिलांचे एकमेकांशी संबंध कसे असतील? त्या मुलाचं लग्न झालं की, तो संसार कसा करेल? खरंच प्रश्न पडतो बुवा.

शाळेत मुलांना मारू नये असा नियम असला तरी अजून अनेक शिक्षक विद्यार्थ्यांना मारतात. पालकांना न्यायालयात याबद्दल तक्रारही करता येते.

ग्रामीण भागात नवऱ्यानी बायकोला मारणं हे बऱ्याच ठिकाणी नैसर्गिक समजतात. जो नवरा बायकोला मारत नाही तो मर्दच नाही असं म्हणतात. कष्टकऱ्यांचं वैवाहिक आयुष्य हा माझा, जीवनसाथचा अभ्यासाचा विषय नाही, पण माहिती म्हणून सांगतो. कष्टकरी कुटुंबांत भांडणं, शिवीगाळ, मारामारी या गोष्टी फार कोणी मनावरही घेत नाही. मारायचं, मार खायचा आणि अर्ध्यातासात जणू काही झालंच नाही असं उद्योगाला लागायचं.

सुशिक्षित घरात मारामाऱ्यांचं प्रमाण खूप कमी असतं, पण तरी असतंच. आपल्या समाजात मारणं ही गोष्ट संपूर्ण त्याग करण्याचीच गोष्ट आहे, असंच आम्हाला वाटतं. मुलांना नाही, विद्यार्थ्यांना नाही आणि जोडीदाराला तर नाहीच नाही. सर्वांत परिणामकारक गोष्ट काय, अशी जेव्हा विवाह मंडळात चर्चा चालते, त्या वेळेला एकानी दुसऱ्याला शांतपणी सांगितलेला मुद्देसूद विचार ही एकच गोष्ट खरी परिणामकारक असते हे एकजात सगळे मान्य करतात.

●

20) लग्न ठरवण्याची पद्धत– सगळयाचं मूळ

एका गोष्टीची कल्पना देतो, कौटुंबिक विसंवाद या विषयाबद्दल बोलताना त्यात इतर अनेक विषयांचा उल्लेख आला की, त्या विषयावर मला काही गोष्टी मधूनमधून सारख्या सांगाव्या लागणार आणि पुन्हा आपल्या मूळ विषयाकडे यावं लागणार. माझ्या मते लग्न ठरवण्याच्या पद्धतीतच विसंवादाची मुळं असतात. कशी ते सांगतो.

लग्न ठरेपर्यंत स्वतःची शक्य तेवढी चांगली प्रतिमा मुलगा-मुलगी आणि दोन्ही घरं रंगवतात. लग्नानंतर खरे रंग कळतात. बहुतेक उदाहरणांच्यात नवरा बायकोचं खच्चीकरण करत असतो. मुलाचं सबंध कुटुंबही त्यात काही वेळा सामील असतं. ही तर भविष्यातल्या विसंवादाची मुळं असतात.

खुद्द माझ्या पाहण्यात या प्रकारची अनेक उदाहरणं आहेत. आई-वडलांनी तेव्हा काय विचार केला, काय चौकशी केली हे माहीत नाही. नीट विचार करूनच जोडीदाराची निवड स्वतः करायला हवी ही अक्कल मुलांना नव्हती आणि पालकांनाही ती समज नव्हती. त्यातल्या काही पालकांची ती बेपर्वाई होती, स्वार्थ होता. पण शेवटी त्यांनी नाकर्ता नवरा फसवून मुलीच्या गळ्यात बांधला हे खरंच. काही पालकांनी आपल्या मुलाचं लग्न अर्धवट मुलीशी लावून दिलं. त्यापायी त्यांनी भरपूर हुंडा घेतला आणि मुलाला घरजावई म्हणून सासरी पाठवून दिलं. हे मुलाला विकणंच झालं. अशा उदाहरणांच्यात शिक्षणाच्या बाबतीत खोटं सांगितलं असं तर सर्रास आढळतं.

आमच्या ओळखीची एक अतिशय गुणी मुलगी आहे. नवरा तिला सारखा कमी लेखतो. त्याचं कुटुंबही तेच करतं. आता तर त्यांची मुलंही आईला काही समजत नाही असं म्हणायला लागली आहेत. पुढे काही वर्षांनी या जोडप्याचं, या कुटुंबाचं काय होणार हे आपल्याला आत्ता सुद्धा दिसतंय की, आणि हे असं का होत असेल तेही आपल्या लक्षात येतं.

लग्न ठरवताना काय काय होतं ते जरा बारकाईनी बघूया. लग्न ठरवण्याच्या सगळ्या पायऱ्या ओलांडल्यानंतर प्रत्यक्ष लग्न, त्याचा दिवस, पद्धत ठरवणं आलंच. त्याच्याही सुरस कथा आपण सगळ्यांनी ऐकलेल्या असतात.

अगदी कालपर्यंत आधुनिक, वास्तववादी वाटणारं, स्त्री-पुरुष समानतेनी वागणारं कुटुंब आपल्याकडे मुलाकडचे किंवा मुलीकडचे या नजरेनी बघायला लागतात. मानपान, समारंभ, जेवणावळी, तुमची पानं, आमच्याकडची पानं याविषयी बोलायला लागतात. आपलंच म्हणणं खरं करायला लागतात. प्रत्यक्षात लग्न करायचं ठरवलं की त्यासरशी 50% भागीदारी दुसऱ्यांची हे मान्य केल्यासारखं आहे. (अविवाहित माणसाला निदान वरकरणी तरी अगदी स्वतःच्या मनासारखं 100% जगता येतं असं मानूया. तेही खरं नसतं. समाजाशी लग्न प्रत्येकाचंच लागलेलं असतं ना!) पण वैवाहिक आयुष्यात दोघांच्यातल्या समजुतीच्या 50% तडजोडीच्या मार्गानीच निर्णय होणार, हे उघड आहे.

विचारीपणे जगण्याची इच्छा असणाऱ्यांना हे कळायलाच पाहिजे की, कुठचाही विचार जोडीदाराच्या संमतीनी करायचा आणि जोडीदाराच्या भावनांचा, परिस्थितीचा विचार करायचा, हा विवाहाचा खरा अर्थ आहे. धंद्यात, व्यवहारात खरं कौशल्य दोन्ही पार्टीज्‌चं समाधान करून मार्ग काढणाऱ्यांचं आहे. बाणेदारपणी तोडण्याला धाडस लागतं; पण कौशल्य लागत नाही. नवरा ही निराळी व्यक्ती, बायको ही निराळी व्यक्ती, म्हणजे फरक हा असणारच; पण तरी त्यांनी दोघांनाही पटणारा मार्ग काढून जीवन जगणं ह्यासाठी कौशल्य, मेहनत, अभ्यास, चिंतन, प्रामाणिकपणा, लाघवीपणा, मोकळेपणा सगळं लागतं. लग्नाच्या वयात असे मॅच्युअर मुलगे-मुली फार कमी असतात. ही अडचण विवाह अभ्यास मंडळ सोडवतं, याविषयी प्रबोधन करतं.

जोडीदाराविषयीचा विचार करताना निव्वळ साम्य शोधण्यापेक्षा पूरकता कशी शोधता येईल हे पाहायला पाहिजे. हा मुद्दा समजण्यासाठी दोन उदाहरणं देतो. एक जोडीदार आर्किटेक्चर शिकलेला असला तर दुसरा जोडीदार आर्किटेक्ट असलेला शोधणं म्हणजे साम्य शोधणं आणि इंजिनियरिंग शिकलेला निवडणं म्हणजे पूरकता शोधणं. एक गायक असला तर दुसरा गायकच असणं हे साम्य. वादक असला तर ती पूरकता झाली. जीवनसाथ अभ्यास मंडळात परस्पर-पूरकता म्हणजे काय याच्या अनेक उदाहरणांची यादी करण्याचा अभ्यास मधून-मधून असतो.

या निर्णयाच्या बाबतीत मुलामुलींनी आई-वडिलांशी चर्चा जरूर करावी आणि स्वतः निर्णय घ्यावा. मध्यममार्ग कसा निघतो हे बघावं. 0 आणि 100 यांचा मध्य 50 निघेल. मध्यस्थ या भूमिकेचा अर्थ 'मध्य काढणारा' असाच

असतो. समजूतदार माणसं असतील, तर मध्यस्थाशिवाय मध्य निघू शकतो. मुळात जोडीदाराची निवड करताना प्रश्नावली-चर्चा या पद्धतीनी निर्णय घेतलेले असले की सोपं होतं. हा निर्णय करारासंबंधी असो, लग्नाच्या खर्चाविषयी असो, जेवणावळीच्या पानांविषयी असो, पद्धत तीच. आयुष्यातल्या अनेक प्रसंगांतल्या अडचणींची रंगीत तालीमच असते ही. शेवटी महत्त्वाचा असतो समन्वय. दोन व्यक्तींचा, दोन कुटुंबांचा.

आमच्या ओळखीचं एक जोडपं आहे. मुलगी डॉक्टर आहे आणि मुलगा तुलनेनी कमी शिकलेला, मध्यम वकूबाचा आहे. सुरुवातीला प्रश्न पडायचा की, या मुलीनी या नवऱ्याला कसं पसंत केलं असेल? त्याचं उत्तर नंतर मिळालं. मुलाच्या वडलांचं मध्यवर्ती जागी मोठं हॉस्पिटल आहे. कशासाठी लग्न केलं हे मला पटलं नाही तरी त्या दोन कुटुंबांना समजलेलं आहे त्यामुळे हे लग्न टिकेल असंच वाटतं.

जोडीदाराची निवड करताना कित्येक मुली असं म्हणालेल्या आहेत की, मुलगा निवडताना सासू हयात नसली तर सर्वांत छान. त्याच्या खालोखाल सासू जिवंत पण निराळ्याच गावी लांब कुठेतरी असली तर चालेल. कारण ती क्वचित भेटणारी असेल आणि तसे थोडे दिवस काढता येतील. अगदी कमी प्रमाणात पण एकत्र कुटुंबाची, सासूच्या सहवासाची इच्छा धरणाऱ्या शहरी मुलीही भेटतातच. इंग्रजीत म्हण आहे, तसंच याबाबतीत मला वाटतं, 'डिफरंट स्ट्रोक्स फॉर डिफरंट फोक्स.'

●

लग्न ठरेपर्यंत स्वतःची शक्य तेवढी चांगली प्रतिमा मुलगा-मुलगी आणि दोन्ही घरं रंगवतात. लग्नानंतर खरे रंग कळतात. बहुतेक उदाहरणांच्यात नवरा बायकोचं खच्चीकरण करत असतो. मुलाचं सबंध कुटुंबही त्यात काही वेळा सामील असतं. ही तर भविष्यातल्या विसंवादाची मुळं असतात.

21) लग्नाचा करार

वैवाहिक समुपदेशनात एवढी वर्षं काढल्यानंतर माझं बनलेलं मत असं आहे, दोन भागीदारांमधे जसा लेखी करार करतात, दोन माणसांच्यात, संस्थांच्यात व्यवहार करण्यापूर्वी लेखी करार करतात तसा विवाहाचा लेखी करार करावा. विवाह नोंदणी अधिकारी किंवा पारंपरिक विवाहविधीत भटजींनी म्हटलेले संस्कृत मंत्र, याची मूळ कल्पना तीच होती, फक्त ती तोंडी होती.

शपथ याचा अर्थही तोच. मराठीत भाषांतरित मंत्र म्हटले तरी ते तोंडीच. प्रतीकांचा वापर केला तर ते डोळ्यांनी दिसत असल्यामुळे तोंडी शब्दांपेक्षा लक्षात राहण्याची शक्यता वाढते. पाणी, माती, रोपं लावणं वगैरे प्रतीकं वापरून अनेकांच्या साक्षीनी बऱ्यापैकी आधुनिक असा विवाहविधीचा प्रयोग केलेला मला माहीत आहे. विवाहबंधनाचा सविस्तर अर्थ सांगणारी पद्यं, गद्यं असे प्रयोगही आधुनिकतेच्या वाटेवरचे प्रयोगच आहेत. पण हे सगळं तोंडी. 'मनं जुळणं महत्त्वाचं' हे वाक्य तर मी विवाहातच काय आर्थिक व्यवहारात सुद्धा शेकडो वेळा ऐकलंय, पण...

थोडक्यात सांगतो, माझा 'तोंडी' या गोष्टीवर विश्वास नाही. 'कबूल केलं होतं, पण तेव्हा परिस्थिती निराळी होती', असं ऐकलंय. 'तेव्हा मी अशा अर्थानी म्हणालेच नव्हते', बोलल्याचं संपूर्ण नाकबूल आणि 'तेव्हा मी कबूल केलं, पण मला अक्कल नव्हती', या सगळ्या गोष्टी ऐकल्यावर माझ्या मते 'विवाहाचा करार' लिहून काढून त्यावर सह्या करण्याला पर्याय नाही. दोन्ही कुटुंबं त्या निर्णयात सामील असली तर त्यांच्याही सह्या हव्यात.

काहींचा प्रश्न असा आहे की, हा सह्या केलेला करार पाळला नाही तर न्याय कोण देणार? शेवटी कुटुंब न्यायालयातच जावं लागणार. उन्मत्त नवरे पोटगीबद्दल, हिंसक वागणुकीबद्दल म्हणतात, 'कोर्ट काय घरी बघायला येणार आहे का?' मुळात समाज इतका बिघडलेला आणि पुरुषसत्ताक आहे की कराराला ते नव्या कर्मकांडाचं स्वरूप देऊ शकतील. फक्त बायकांना शेवटी पुरुष धारेवर धरतील. हा प्रश्न तर बरोबर आहे. मूळची समज, शहाणपणा, चांगुलपणा आणि न्यायबुद्धीच खरी उपयोगी ठरेल.

स्पष्ट विचाराच्या दिशेनी प्रवासासाठी एक एक्सरसाइझ एवढाच कदाचित या कल्पनेचा उपयोग होईल. मी म्हणतो तेवढा तर तेवढा, पण त्या निमित्तानी नवरा-बायको स्पष्ट विचार तर करतील! कुटुंबातल्या इतर सदस्यांच्या मनातल्या काही गोष्टी या निमित्तानी बाहेर येण्याचीही खूप शक्यता आहे. कुठल्याही करारात पार्श्वभूमी, ठरलेल्या गोष्टी आणि बेबनाव झाला तर करायच्या, न करण्याच्या गोष्टी, मध्यस्थ कोण, चर्चेचा प्रयत्न कोणाबरोबर करायचा हे सगळं लागतं तसंच यात लिहावं. लिहिल्यामुळे त्या गोष्टी स्पष्ट होतात आणि त्या अटी पाळल्या जाण्याची शक्यता वाढते. पूर्वी देण्याघेण्याच्या याद्या आणि त्यांवर सह्या चालायच्याच, अजूनही काही ठिकाणी करतात. त्यापेक्षा मला वागणुकीच्या पथ्याची यादी महत्त्वाची वाटते. हे सगळं विक्षिप्त वाटेल, पण उपाय शोधण्याचा प्रयत्न करताना विक्षिप्तपणा अपेक्षितच आहे.

मी आणि शोभानी पत्रमैत्रीतून लग्न ठरवलं हे तुम्हाला पूर्वी सांगितलंय. मी म्हणतोय की, मुलगा-मुलगी एका गावी असले तरी त्यांनी एकमेकांना पत्रं पाठवावीत. ई-मेल, एस.एम.एस. चालेल का, हा प्रश्न लगेच तुम्ही विचारणारच. त्याचं उत्तर देतो, महाराष्ट्रातल्या अनेक तरुण मुलामुलींना कुठचीही एक भाषा धड येत नाही. त्यांना अचूक विचार-भावना व्यक्त करण्याइतकं पुरेसं इंग्लिश येतं असं मला वाटत नाही. शिवाय त्यावर सही नसते, साक्षीदार नसतो. याला जे अपवाद असतील त्यांनी इंग्लिशमधे एस.एम.एस. पाठवावेत. त्याच्या प्रिंटआऊटची फाईल बनवावी आणि प्रत्यक्ष भेटीत त्यावर सह्या कराव्यात. या अटींमधे बदल झाला तर पहिला करार रद्द करून नवीनही लिहिता येणारच अर्थात.

हे वाचणाऱ्यांचा मुख्य प्रश्न असेल, ‘एवढा आमच्यावर विश्वास नाही का?’ त्याचं खरं उत्तर, ‘नाही’ असं आहे, याबद्दल मी हजारदा माफी मागतो.

मी म्हणतोय् त्याचा सारांश काय की, विवाहाचा लेखी करार करावा अशी शिफारस आहे. पुढे दोन विवाहाचे करार दिलेत ते जरूर वाचावेत.

●

22) मानसशास्त्राची मदत

या विषयात मानसशास्त्राची मदत जरूर घ्यावी. त्यातलं सगळं ज्ञान पुस्तकांच्या कपाटांसाठी नाही तर आपल्या उपयोगासाठी आहे.

नवरा-बायकोच्या विसंवादाचं मूळ कारण त्यांच्या व्यक्तिमत्त्वाच्या प्रकारातल्या फरकामधे असतं. व्यक्तिमत्त्वाच्या एकूण वर्णनापैकी एक तृतियांश भाग आनुवंशिकतेनी आलेला आणि तृतियांश स्वतःचा उपजत असतो. उरलेल्या तृतियांश वर नवराबायकोंनी काम करायला सुरुवात करावी. कारण ते आपल्या हातात असतं. कुटुंबाचे मानबिंदू कुठचे, उणिवा कुठल्या हे नवराबायकोंनी समजून घ्यायला काही महिने-वर्षं लागतात. पुढे विसंवाद व्हायचा असला तर त्याची कारणं समजून घ्यायला लागून संसाराला सुरुवात करावी, एवढंच आपण म्हणू शकतो. त्यालाच तर स्वतःच्या विवाहाचा अभ्यास म्हणायचं. मानसशास्त्रात व्यक्तिमत्त्वांच्या प्रकारांचा केलेला अभ्यास हा फार महत्त्वाचा विषय आहे. याखेरीज मानसशास्त्रातल्या अनेक थिअरीज सगळ्यांना खूप उपयोगी आहेत. त्यापैकी काही शक्यतोवर सोप्या पद्धतीनी सांगतो.

मानसशास्त्रामधे लहान मुलाच्या बुद्धीच्या, विकासाच्या निरनिराळ्या वयातल्या, निरनिराळ्या अवस्था वर्णन केलेल्या असतात. उदाहरणार्थ, एक महिन्याच्या बाळाला काय कळतं, काय समजत नाही, असंच पुढे 6 महिन्यांच्या बाळाला, 1 वर्षाच्या बाळाला, 2, 5, 10 वर्षांच्या मुलाला सरासरी काय कळतं नि काय समजत नाही हे सांगितलेलं असतं.

त्याच पद्धतीनी किती वयाच्या सज्ञान व्यक्तीला काय समजणं सरासरीप्रमाणे अपेक्षित आहे ते सांगितलेलं असतं. अविवाहित अवस्थेमधे मनाची अवस्था, विवाहानंतर 1 महिन्यात, 1 वर्षात, 10 वर्षांत, मुलं झाल्यावर, विवाहानंतर 25 वर्षांनी, वयाच्या पन्नाशीनंतर, साठीनंतरची मानसिक अवस्था वर्णन केलेली असते.

समुपदेशकाला या सगळ्या मानसशास्त्रातल्या ज्ञानाचा उपयोग करून येणाऱ्या व्यक्तीला मदत करायची असते. समुपदेशकापर्यंत पोचण्याचीच मुख्य अडचण असते. बहुतेक कुटुंबांत 'घरातल्या घरात आपणच प्रश्न सोडवूया, तो उंबरठ्याबाहेर जायला नको', अशी भूमिका असते. प्रत्यक्षात ते शक्य होत नाही

आणि प्रश्न नुसताच ढकलला जातो.

निरनिराळ्या मानसशास्त्रज्ञांनी गेली अनेक वर्षं संशोधन करून काही विचार मांडले त्यांपैकी अल्बर्ट एलिसच्या रॅशनल इमोटिव्ह बिहेवियरल थिअरीनी मी सर्वांत जास्त प्रभावित झालो. त्यांनी सांगितलेल्या काही महत्त्वाच्या गोष्टींचा मला कौटुंबिक विसंवादाशी जवळचा संबंध दिसतो, तेवढाच भाग सांगतो, आणि तोही अगदी थोडक्यात. कारण आर.ई.बी.टी.चा अभ्यास केलेले खूप लोक तुम्हाला भेटतील. तीच गोष्ट मी पुन्हा कशाला सांगू? तुम्हाला आर.ई.बी.टी. वापरणारे अनेक वैयक्तिक समुपदेशक पण माहिती असतील. त्यांच्यात नि माझ्यात एकच मुख्य फरक. 'विवाह अभ्यास मंडळ' या कल्पनेचा मी जनक आहे आणि शिवाय मी विवाहाकडे बघण्याचे तीन दृष्टिकोन विकसित केलेले आहेत. तत्त्वज्ञान, मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र हे ते तीन दृष्टिकोन.

मी योग्य तिथे आर.ई.बी.टी. वापरतो. शिवाय मी चालवलेल्या विवाह अभ्यास मंडळातल्या अनुभवांची, चर्चांची मला मदत होते.

माणसाच्या एकूण व्यक्तिमत्त्वातल्या 4 भूमिका असतात. त्यातली कुठची तरी एक त्याचा स्थायीभाव असते नि बाकीच्या तात्पुरत्या असतात. त्या चार भूमिका अशा– 1) तटस्थ म्हणजेच अलिप्त, 2) भिडस्त, 3) आग्रही म्हणजेच तत्त्वनिष्ठ, 4) आक्रमक. अर्थात दुसऱ्याचा विचार न करणारा.

नवराबायकोच्या स्थायी भूमिकेचे प्रकार निराळे असले तर त्यातून कशाच्या बाबतीत विसंवाद होणार हे आधीसुद्धा कळतं. नवराबायको दोघंही तटस्थ वृत्तीचे असले तर त्यांचे वाद कमी होतील, पण मैत्रीही होणार नाही. दोघं भिडस्त असले तरी ते वादावादी करणार नाहीत, पण एकमेकांसाठीच्या करण्यामुळे त्यांच्यात मैत्री वाढू शकेल. दोघंही आग्रही असले तर त्यांचे वादही खूप आणि मैत्रीही होईल. दोघंही आक्रमक असले तर मात्र त्यांचं कठीण आहे. सारखी वादावादी आणि मैत्री अशक्य आहे.

याखेरीज निरनिराळ्या वृत्तींच्या जोड्याही जमू शकतील. मी आणि शोभा यांचं उदाहरण सांगतो, शोभा भिडस्त आणि मी आग्रही. कुठच्याही कल्पनेला शोभा प्रतिक्रिया द्यायला वेळ लावते. माझ्या आग्रही वृत्तीमुळे तिनी भिडस्तपणी स्वतःवर अन्याय करून घेऊ नये याबद्दल माझा आग्रह असतो. आमची चांगली मैत्रीही झाली. अलिप्त आणि आग्रही किंवा अलिप्त आणि आक्रमक एकत्र आले तर मैत्री होणार नाही, संसार नीरस होईल. खरी अडचण भिडस्त आणि

आक्रमक यांची आहे. त्यातला एक जण निव्वळ सहन करत राहणार. वेगळं होण्याचाही निर्णय ती व्यक्ती बिचारी उशिरा घेणार. त्यात बायको भिडस्त आणि नवरा आक्रमक असला, तर बिचाऱ्या बायकोची वाटच लागणार.

अशा प्रकारच्या कौटुंबिक विसंवादात त्या बायकोनी सहन करत, सोसत सबंध आयुष्य काढायचं ठरवलं तरी पंचाईत, काही सांगायला गेलं तर वादावादी, अपमान, जोरदार भांडणं चालू. फॅमिली कोर्ट, घटस्फोट अर्ज हा रस्ता काही सोपा नाही पण कित्येक वेळा नाइलाज होतो.

माणसाच्या स्थायी भूमिका वर्णन करून सांगितल्या तशा तात्पुरत्या मानसिक अवस्थेचे 3 प्रकारही आहेत, ते सांगतो.

1) मूल, 2) पालक, 3) स्वयंपूर्ण (प्रगल्भ)

नवरा-बायकोंची प्रत्यक्ष वयं काहीही असोत. दोन माणसांच्या नात्यात एक जण मान्य करून ठरवतो की, मला कमी कळतं तेव्हा तो तात्पुरती मूल ही भूमिका जगतो. या बाबतीत मला जास्त कळतं असं जेव्हा ती व्यक्ती स्वतःहून ठरवून टाकते, तेव्हा ती पालकाच्या भूमिकेत असते. त्यामुळे ती व्यक्ती समजते की, समोरची व्यक्ती माझ्यावर अवलंबून आहे. जेव्हा दोन्ही माणसं स्वयंपूर्ण, प्रगल्भ भूमिकेत असतात तेव्हा निराळा अर्थपूर्ण संवाद होऊ शकतो.

गुंतागुंत अशी असते की, आधी वर्णन केलेल्या स्थायी वृत्ती आणि तात्पुरत्या मानसिक अवस्था किंवा भूमिका यांचे अनेक प्रकार प्रत्येक व्यक्तीबरोबर सांभाळावे लागणार. मोठ्या आकाराच्या एकत्र कुटुंबात लग्न होऊन गेलेल्या मुलीची काय अवस्था होत असेल! पण बहुतेक नवरे या गुंतागुंतीत बायकोला मदत करण्याऐवजी 'तुझे प्रश्न तू सोडव', म्हणून व्यासपीठावरून नाहीसे होतात. मला ते अगदी चुकीचं वाटतं.

या पुस्तकात व्यक्तिमत्त्वाच्या फ्रीडमन या मानसशास्त्रज्ञानी केलेल्या ए आणि बी या दोन प्रकारांचा उल्लेख केलाय तोही उपयोगी पडेल.

जीवनसाथच्या कार्यशाळेत कौटुंबिक विसंवाद या विषयाची मधूनमधून चर्चा होते. उपयोगी 60 विषयांची यादीच तयार आहे आणि आत्तापर्यंत मी पाचशेच्यावर कार्यशाळा घेतल्यावर ते विषय तर पुनःपुन्हा चर्चेला येणार हे उघडच आहे. हा विषय तर वारंवार लोकांच्या मागणीमुळे ठेवला जातो. रोजचा दिवस कुठच्याही संघर्षाविना जाणं, रोज डोकं शांत असणं, असे महिन्यापाठोपाठ महिने, वर्षामागून वर्षं गेली की फार सुख असतं. ते सुख मिळवण्यासाठी

आजची सगळी गटचर्चा आहे असं सांगितल्यावर एक नेहमी येणाऱ्या बाई याबद्दल आक्षेप घेतात. 'काही बिघडत नाही थोडी भांडणं झाली तर', असं त्यांचं म्हणणं असतं. या बाई भांडखोर नाहीत, स्वभावानी सरळ आणि चांगल्या आहेत, पण हा मुद्दा त्यांना पटत नाही. मला वाटतं, आपण रोज 24 तास श्वास घेतो त्यामुळे श्वास घेणं याला फार महत्त्व दिलं जात नाही. एकदा केव्हातरी खूप सर्दीमुळे श्वास कोंडला की त्याचं महत्त्व लक्षात येतं तसं होत असावं. रात्रीच्या झोपेचं असंच. झोप येईनाशी झाली की, त्याचं महत्त्व कळतं.

या बाई म्हणतात तशी थोडी भांडणं त्या नवरा-बायको दोघांनाही आवडत असली तर तुमची-आमची काही हरकत नाही, पण ती भांडणं छोटी, थोडी, की जास्त आहेत हे ठरवण्यासाठी सोप्या युक्त्या आहेतच! खरं म्हणजे यांपैकी काही लक्षणं दिसली की मानसिक आधार किंवा मानसिक व्यायामांची गरज आहे हे ओळखून उपाय करावेत. ती लक्षणं अशी–

नेहमीपेक्षा फार कमी बोलणं किंवा जास्त बोलणं. अबोला, उगीच संतापणं, दार आपटणं, आतल्या खोलीत जाऊन बसणं, दिवसाढवळ्या पलंगावर झोपून राहणं, रात्री झोप न लागणं. शारीरिक संबंधाला नकार किंवा लगेच बास म्हणणं, भूक नाही म्हणणं, जास्त खाणं, भलते पदार्थ खात सुटणं. इतर आजारांसारखी शारीरिक लक्षणंही दिसतात पण त्यांविषयी नंतर बोलू.

यातलं कुठलंही लक्षण चालू झालं तर त्याचे होणारे परिणामही आपल्याला माहिती हवेत. कारण शरीर आणि मन या गोष्टी निराळ्या नसतातच. हे परिणाम म्हणजे दारू पिणं, सिगरेटमागून सिगरेट ओढणं, त्यापेक्षा जहाल अमली नशा करणं. या सगळ्या ताणामुळे कदाचित मधुमेह आणि रक्तदाब, वजनात अतिरिक्त घट किंवा वाढ, होऊ शकते. एवढ्या निरनिराळ्या गोष्टी होऊ शकतात हे समजून भांडणं टाळता आली तर फारच छान!

मानसशास्त्रातला अभ्यास सांगतो की, सध्याचा जो प्रश्न असेल त्यापेक्षा गंभीर प्रश्न निर्माण झाला की, आधीच्या तुलनेनी छोटा प्रश्न बाजूला पडतो, विसरतो, विरतो आणि मधे काळ गेल्यामुळे संपतोही. समजा, नवरा-बायको दोघांच्यात काहीतरी वादावादी चालू असताना लक्षात आलं की, मुलाला जास्तच बरं नाही आणि रुग्णालयात घेऊन जायला पाहिजे आहे. नव्याण्णव टक्के खात्रीनी आपण सांगू शकतो की, दोघंही नवरा-बायको आपली वादावादी बाजूला ठेवून मुलाच्या तब्येतीकडे एकजुटीनी लक्ष देतील. याबद्दल तत्त्वज्ञानाचा अभ्यास

असा प्रश्न उपस्थित करतं की, हे जर खरं असेल तर आणखी मोठा प्रश्न मुद्दामून निर्माण करायचा का? मी इथे या प्रश्नाचं उत्तर देत नाही. तुम्ही याचा अभ्यास करावा अशी इच्छा आहे.

सारांशात सांगायचं तर कौटुंबिक नातेसंबंध चांगले राखण्यासाठीच्या सगळ्या प्रयत्नांची यादी तयार आहे, एक गोष्ट सोडून. ती म्हणजे 'रिलेशन्स मॅनेजमेंट' या विषयाचं तंत्र. त्यासाठी आता थोडा पाटीपुस्तक घेऊन आकडे वगैरे टाकून अभ्यास करूया.

'रिलेशन मॅनेजमेंट'ची सहा मूलतत्त्वं आहेत. ती प्रथम थोडक्यात सांगतो.

1) स्वतःच्या आयुष्याचं जे काही बरं-वाईट करायचं असेल ते आपण स्वतः करणार आहोत. डेस्टिनी, प्राक्तन, योग, नशीब असं जे असेल ते असेल, पण त्यात आपण काही बदल करू शकणार नसू तर त्याकडे लक्षही देऊ नये. स्वतः करण्याजोगं जे असेल ते मात्र सगळं करून बघावं.
2) जोपर्यंत सगळ्या गोष्टी करून बघितलेल्या नाहीत तोपर्यंत निराश होण्याचा कोणाला काही नैतिक अधिकार नाही.
3) सगळं चांगलं घडेल असं धरून चालता येणार नाही. टोकाची चांगली किंवा टोकाची वाईट गोष्ट घडत नाही. मध्यम गोष्टच प्रत्यक्षात घडते. त्याच्या तपशीलांच्या अभ्यासाची जरूर आहे.
4) निराळं ते वाईट नसतं. आपल्या सरासरी कुटुंबात मात्र जे जे निराळं दिसेल त्या प्रत्येक गोष्टीला कान धरून घराबाहेर काढलं जातं.
5) विरोधी विचाराचा सामना करण्याची ताकद म्हणजे खरी ताकद. त्यासाठी विरोधी विचार समोर येण्याची संधी आपण उचलायची आहे. आपल्याला माहिती असलेल्या कुटुंबात मात्र असं अजिबात होऊ देत नाहीत. 'वाद नको, चर्चा नको', अशा पद्धतीनी सगळ्यांना गप्प बसवलं जातं. प्रत्यक्षात त्याचा अर्थ 'विचार नको' असा होतो.
6) स्वतःच्या स्वभावाचा प्रकार समजणं फार जरूरीचं आहे. स्वतःच्या स्वभावाचा प्रकार, दुसऱ्याच्या स्वभावाचा प्रकार, स्वतःच्या आणि दुसऱ्याच्या मर्यादा समजल्या की, निर्णय होतो. निर्णय लवकर घेता येत नाही अशी ज्यांची अडचण असते त्यांनी हा विचार समजून घ्यायला हवा.

मानसशास्त्रातल्या एका अभ्यासाचा निष्कर्ष सांगतो, मला तो पूर्ण पटलेला आहे. तुम्हाला पटतो का बघा. गटचर्चा करण्यासाठी अतिशय उपयोगी विषय

आहे– ‘स्वतःच्या आयुष्यात यापुढे निराळा, अधिक चांगला जोडीदार मिळणं अशक्य आहे अशी मनाची खात्री झाली, आहे तो जोडीदार यापेक्षा आणखी सुधारणं शक्य नाही, अशीही खात्री झाली की, माणसं स्वतःमधे बदल करतात.’

आणखी एक गोष्ट आयुष्यभर लक्षात ठेवायला हवी, सुसंवादाचे सगळे प्रयत्न केल्यावर, या माणसाशी आपलं जुळणार नाही अशी खात्री झाली तर त्या माणसाला विसरून जावं. ठरवलं तर कोणाशीही संबंध तोडता येतात. मला आणि शोभाला असं एक-दोन माणसांच्या बाबतीत करावं लागलं आणि आम्ही केलं. आमची मनःशांती जास्त महत्त्वाची असं आम्ही ठरवलं.

निरनिराळ्या लोकांच्यात वैवाहिक आयुष्याबद्दलच्या समतोलाच्या कल्पना निराळ्या असतात. पाश्चात्त्यांच्यात जसं लैंगिक शारीरिक संबंधाचा अनुभव ही लग्न करण्यापूर्वीची अट असते. याउलट भारतात ‘योनिशुचिता’, विवाहापर्यंत ‘ब्रह्मचर्य’ अशा कल्पनांचा पगडा असतो. या परिस्थितीत बदल होतोय पण तो बदल सहज पचणाऱ्या पद्धतीनी होत नाहीय्. परस्त्री, परपुरुष हे कौटुंबिक कलहाचे विषय जिथे तिथे दिसतात.

या विषयातला मानसशास्त्रीय भाग असा आहे. स्थैर्य असलं तर कंटाळा आहे, तोचतोचपणा बोचतो, पण तरच स्थैर्य आहे. भावनिक उद्दीपन, चेतवणं हवं असेल तर सारखा बदल करावा लागतो पण त्यात अनिश्चितता आणि सारखी नवी आव्हानं आहेत, पण तरच उद्दीपन म्हणजे एक्साइटमेंट आहे. या दोनपैकी आपला पिंड काय हा माणसाला निर्णय घ्यावा लागतो आणि तो पाळावा लागतो. मानवाच्या इतिहासात पुरुषांच्या मनातली पॉलिगमी म्हणजे अनेक स्त्रियांशी संबंधाची इच्छा जास्त तीव्र आहे आणि स्त्रियांच्या मनातली पॉलिअँड्री म्हणजे अनेक पुरुषांशी संबंध ठेवण्याची इच्छा तुलनेनी कमी आहे.

नवरा-बायको दोघांनी मिळून वैवाहिक सुसंवाद हा विषय शिकताना अर्थात सुरुवात स्वतःपासून होते. प्रथम स्वतःला ओळखण्याचा टप्पा ओलांडायचा आणि मग त्याच काट्यावर जोडीदाराचं ‘वजन’ बघायचं. या दृष्टिकोनातून 3 तक्ते मी देतोय.

तक्ता क्र. 1

अविवाहितांनी जवळच्या भिन्नलिंगी व्यक्तीची कल्पना करायची आणि विवाहितांनी लग्नातल्या जोडीदाराची. किती बाबतींत तुम्ही स्वतःच्या अपेक्षा पूर्ण

करू शकलात आणि किती बाबतींत पूर्ण करू शकला नाहीत त्याच्या खुणा करा. ✓ अशा.

त्याच जोडप्याच्या पूर्वीच्या कल्पना आणि लग्नानंतर 15-20 वर्षांनंतरच्या कल्पना यांत फरक असतो. या तक्त्यामुळे स्वतः नेमके कुठे बसतो हे जोडप्याला कळतं आणि विचारांना चालना मिळते. ही काही चाचणी नाही त्यामुळे त्याचा स्कोअर मोजायचा वगैरे काही करायचं नाहीय्. जोडप्याचं समुपदेशन चालू असलं तर मात्र या तक्त्याचा उपयोग नक्की होईल.

परिस्थितीचं त्रोटक वर्णन

अपेक्षा		तंदुरुस्ती किंवा आजारपणात	आर्थिक सुबत्तेत किंवा अडचणीत	भावनिक दृष्टीनी प्रगतीच्या किंवा अधोगतीच्या दिशेनी
पूर्वीच्या कल्पना	1) निष्ठा (एकपती, एकपत्नीत्व) 2) नवऱ्याबद्दल आदर 3) नवऱ्याची काळजी घेणं			
नवीन कल्पना	1) जवळची मैत्री 2) लैंगिक संभोगात साथ 3) घरचा समुपदेशक			

तक्ता क्र. 2

आत्मपरीक्षणाचा तक्ता. म्हणजेच स्वतःच्या वागणुकीचा दर्जा. तुम्ही स्वतः नवऱ्याशी किंवा बायकोशी किंवा जवळच्या संबंधातल्या एका विशिष्ट मित्राशी किंवा मैत्रिणीशी निरनिराळ्या प्रसंगी कसे वागलात? उत्तम वागलात तर अ दर्जा म्हणा, मध्यमला ब म्हणा, वाईटला क म्हणा. ही चाचणी नाही. स्व-परीक्षणासाठीचा हा तक्ता म्हणजे मार्गदर्शक आहे.

	नवरा-बायको, मित्रमैत्रिणी यांच्या या स्थितीत	नेहमी	तब्येत बरी नसताना	पैशाच्या चिंतेत	कामाच्या चिंतेत	कौटुंबिक चिंतेत	सुबत्तेत असताना	खुषीत असताना	मतभेद असताना
	या दृष्टीनी मी कसा वागलो								
चांगल्या भावना	कृतज्ञतेनी								
	मैत्रीपूर्ण								
	समानतेनी								
	निष्ठेनी								
	आदरानी								
	ममतेनी								
	मदतीच्या भावनेनी								
वाईट भावना	असूयेनी								
	तिरस्कारानी								
	रागानी								
	कंटाळा आल्यासारखा								
	कीव करून								

विवाह हा एक प्रकारचा करार आहे. विवाह नोंदणी कचेरीतल्या सह्या असोत नाहीतर भटजींनी मंत्र म्हणून लावलेला विवाह असो, तो करार भागीदारीचा असतो. याबद्दल कोणी लिहीत नाही, की बोलत नाही. पण 4 मुद्दे त्यात महत्त्वाचे असतात आणि लिहिले नाहीत तरी चांगलेच बंधनकारक असतात. त्या 4 अटी मोडल्या तर वैवाहिक आयुष्य मोडकळीला येतं किंवा तुटतं. हा मुद्दा डोक्यात ठेवून एक गोष्ट स्पष्टपणी कळावी म्हणून जीवनसाथमधे गटचर्चेतून एक यादी बनवण्याचा प्रयत्न करुया. यादीत डाव्या बाजूला मैत्री किंवा भागीदारी (व्यवसायात किंवा तात्पुरत्या स्वरूपाच्या प्रकल्पात) आणि उजव्या बाजूला कायदेशीर/धार्मिक विवाहातली काल्पनिक भागीदारीची बंधनं असं लिहूया. तुम्ही सांगा, मी लिहितो. एक यादी काही कार्यशाळांच्यात मिळून तयार आहे ती आधी बघू. याखेरीज सुचतील ते मुद्दे तुम्ही वाढवा. प्रथम त्या 4 अटी सांगतो. मग सुरू करू. या निमित्तानी विचार स्पष्ट होतात हेच महत्त्वाचं.

1) नफा होवो तोटा होवो – पैशाची भागीदारी. थोडक्यात सुबत्ता किंवा गरिबी.
2) लैंगिक शारीरिक संबंध फक्त जोडीदाराबरोबरच ठेवणार.
3) मुलांची जबाबदारी दोघं मिळून घेणार. मुलांची शारीरिक वाढ, बौद्धिक, भावनिक, शैक्षणिक – सगळीच जबाबदारी दोघांची.
4) एकमेकांच्या आई-वडलांची जबाबदारी घेणार.

तक्ता क्र. 3

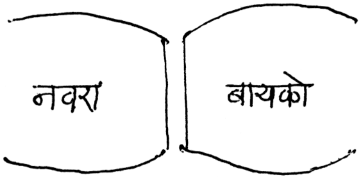
मैत्री किंवा भागीदारी आणि विवाह यातले फरक

दोघांची मैत्री किंवा भागीदारी	विवाह
1) स्त्री-स्त्री किंवा पुरुष-पुरुष यांत होऊ शकते. स्त्री-पुरुषांतही होऊ शकते.	स्त्री-पुरुष यातच होतो. भारतात नाही पण जगातल्या काही ठिकाणी समलिंगी व्यक्तींच्या विवाहाला परवानगी मिळते.
2) वयाचं बंधन नाही	विशिष्ट वयातच होऊ शकतो (कायद्यानुसार किमान वयोमर्यादा) कमाल मर्यादा नाही.

दोघांची मैत्री किंवा भागीदारी	विवाह
3) लैंगिक संभोगाचा काही संबंध नसतो. (लिव्ह इन रिलेशनमधे विवाहाशिवाय संबंध असतो.)	लैंगिक संभोग अभिप्रेत असतो.
4) कागदोपत्री नोंद बहुतेक वेळा नसते. कधीकधी असते.	आजकाल कायद्याच्या बंधनामुळे नोंदणी आवश्यक असते. पूर्वी नव्हती.
5) सुटका तुलनेनी सोपी असते.	यातून कायदेशीर सुटका कठीण पद्धतीनी होते.
6) जोडीत दोनच गोष्टी शक्य आहेत. मैत्री व पैशाची भागीदारी	विवाह, मैत्री, भागीदारी तीनही एका जोडप्यात शक्य आहे.
7) कित्येक वेळा समारंभ नसतो.	बहुतेक वेळा समारंभानी सुरुवात होते.
8) भागीदारीत फायद्या-तोट्याचे हिस्से आधी आकड्यात ठरलेले असतात.	फायद्या-तोट्याचे आकडे ठरलेले नसतात.
9) एकत्र मालमत्ता असते किंवा नसते	एकत्र मालमत्ता असते. एकाचं नाव असलं तरी दुसऱ्याला कायद्यानी हक्क मिळतात.
10) मुलं होत नाहीत.	मुलं होऊ शकतात.
11) घरच्यांशी संबंध बहुतेक वेळा येत नाही. काही वेळा येऊ शकतो.	साधारणपणी घरच्यांशी संबंध येतोच.
12) गाठीभेटीचं प्रमाण बरंच कमी असतं.	सारखी (जवळजवळ रोज) एकमेकांची गाठ पडते.
13) व्यावहारिक संबंध असलेले नोकर इ. खूप असतात.	व्यावहारिक संबंध असलेल्यांची संख्या कमी असते.
14) राहण्याची जागा निराळी असते.	राहण्याचं घर एक असतं.
15) अनेक लोक सामील होऊ शकतात. स्त्रिया किंवा पुरुष.	दोनच संख्या शक्य असते. एक स्त्री आणि एक पुरुष. तीन किंवा जास्त व्यक्तींना कायद्याची परवानगी नसते.

ज्या जोडीदाराचं म्हणजे नवराबायकोचं जुळतं त्यांचं आणि ज्यांचं जुळत नाही त्यांचं आकृतीत वर्णनही करण्याचा अभ्यास मानसशास्त्रात झाला आहे. भारतात म्हणजे निदान महाराष्ट्रात 'विजोड जोडी विधाता' हे वचन बरंच वापरात आहे. त्याचा खरा अर्थ या तीन आकृत्यांत नीट कळतो.

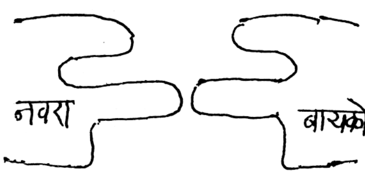
आकृती क्र. 1



या जोडीमधले दोन्ही जोडीदार पैशानी, शिक्षणानी परिपूर्ण आहेत. दोघंही आपापल्या कामात गर्क, यशस्वी. मुलं नाहीत त्यामुळे जबाबदाऱ्या नाहीत, अडचणीही नाहीत.

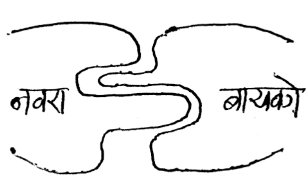
या जोडप्यात ताणही नाही आणि एकमेकांवर अजिबात अवलंबून नसल्यामुळे काही जोडणारं बंधनही नाही. असं जोडपं वरवर बघता सुखी पण नीरस आयुष्य जगत असण्याची खूप शक्यता आहे.

आकृती क्र. 2



या नवरा-बायकोच्या जोडीमधे एकमेकांचे मानबिंदू एकमेकांना टक्कर देतात. अमुक गोष्टीत मला जास्त कळतं असं त्याच गोष्टीबद्दल दोघंही म्हणतात. त्यांच्यात दोन उणिवाही आहेत. त्यांकडे ते लक्ष देऊ शकत नाहीत कारण अहंकार मधे येतो. अशा जोडप्यात संवाद आहे, पण विसंवाद जास्त आहे.

आकृती क्र. 3



या नवरा-बायकोत काही गुण तर काही दुर्गुण आहेत. पण त्या उणीवा दुसरा जोडीदार सांभाळून घेतो आणि स्वतःमधल्या सद्गुणाचा वापर करून कुटुंबाला सावरतो असं चित्र दिसतं. तीच गोष्ट दुसऱ्या उणीवेच्या बाबतीत दुसरा जोडीदार करतो. याचा अर्थ 'विजोड जोडी विधाता'. अशा जोडप्याचा सुसंवाद चांगला असण्याची शक्यता खूप असते. कारण 'जोडीदाराला आपली गरज असणं हीच आपली गरज असते.'

लग्न हे चलतचित्र आहे. नवरा-बायकोंनी ते वारंवार तपासून पाहिलं पाहिजे. धंद्याचे हिशोब वारंवार बघावे लागतात तसं. कलाकृती बनताना मधे-मधे दुरून बघावी लागते तसं.

जोडीदाराची आराधना करावी लागते. प्रिय आहे त्याची आराधना म्हणजेच प्रियाराधन. ते लग्नाच्या संपूर्ण वैवाहिक जीवनात केलं पाहिजे. कुठल्याही नात्यात ते आवश्यक असतं. खास करून नवरा-बायकोच्या नात्यात तर अटळच असतं.

कौटुंबिक विसंवादाबद्दल आपण बरंच बोललो. थोडं कौटुंबिक सुखाबद्दलही बोलूया. सुखी माणसाला सुख कुठून मिळतं? जोडीदाराकडून? मुलांकडून? नातेवाईकांकडून? त्याला सुख मिळतं ते स्वतःमधूनच. स्वतःला समजून घेण्यातून आनंद मिळवणं ही आपली प्रत्येकाची गरज आहे. त्यासाठी स्वतःशी संवाद साधायचाय हे ठरवून त्यासाठी प्रयत्न कसा करायचा याबद्दल तत्त्वज्ञान बरंच काही सांगतं. ते कौटुंबिक सुखासाठी उपयोगी पडतं. याबद्दलचे दोन फार उपयोगी अर्थपूर्ण संदेश आहेत.

1) 'यशस्वी विवाहाचं रहस्य योग्य जोडीदार शोधण्यात नाहीय् तर योग्य वागणारा जोडीदार बनण्यात आहे.'
2) 'माझं माझ्याशी चांगलं जुळत असलं तर माझं इतरांशी जुळू शकतं.'

एका श्रीमंत घरातल्या पहिल्या मुलाचं उदाहरण मला माहिती आहे. तो अभ्यासात प्रगती करू शकला नाही, त्यामुळे घरानी त्याला चांगलं वागवलं नाही. लहानपणी मिळालेल्या त्या वागणुकीचा त्याच्यावर कायमचा परिणाम टिकला.

एका मुलीचंही उदाहरण मला माहीत आहे. एका मुलाबरोबरचा प्रेमभंग, दुसऱ्या मुलाशी त्रासदायक संसारानंतर घटस्फोट, तिसऱ्या मुलाशी लग्न या सगळ्यामुळे येणाऱ्या अस्वस्थतेतून सावरणं तिला फार कठीण गेलं.

बायकोशी वाईट वागणारा, मुलांना मारझोड करणारा माणूस चांगलं काम कसं करू शकेल? मित्र कसे जमवेल?

एकमेकांना सुख मिळेल असा दोघांनी प्रयत्न करायचा आहे. नातेसंबंध, पैसे, आत्मसन्मान या तीनही बाबतींत त्यांनी सुख देण्याची अपेक्षा आहे.

विसंवादाचं आणखी एक कारण सांगायलाच हवं. प्रत्येकाच्या मनाचे 3 भाग असतात.

1) स्वतःला माहीत असलेल्या आणि जोडीदाराला सांगण्याजोग्या गोष्टी. यामधे अडचण निर्माणच होत नाही.
2) स्वतःला माहीत असलेल्या पण जोडीदारापासून लपवलेल्या गोष्टी. जोडीदाराला त्या सांगता येत नाहीत म्हणजे कोणालाच सांगता येत नाहीत. कारण ते असुरक्षित असतं. अशा गोष्टींचा ताण स्वतःवर येतो आणि खूप सहवासामुळे ताण जोडीदारापर्यंत पोचतो पण कारण पोचत नाही. तिथे विसंवादाला सुरुवात होते.
3) हा भाग स्वतःलाही माहीत नसतो. त्यामुळे कुटुंबाला माहीत असण्याचा प्रश्नच नाही. तो भाग म्हणजे स्वतःच्या वागणुकीच्या प्रकाराचा एखादा कप्पा कुठल्या तरी प्रसंगानी अकस्मात बाहेर येतो. हा 'सरप्राइझ' आयुष्यात भलत्या वेळेला कळण्यापेक्षा आधी कळावा, म्हणून समुपदेशन असतं.

थोडक्यात, पहिल्या भाग एक विषयी अडचण नाही. दुसऱ्या भागा मधे सुधारणा करून स्वच्छ विचार करून सांगता न येणारा भाग सांगायला सुरुवात करणं आणि तिसऱ्या अघवड भागात कोणाची तरी मदत असा हा सगळा प्रश्न असतो. पण ते विसंवादाचं कारण मात्र बनतं. या दुसऱ्या आणि तिसऱ्या अवघड भागातल्या बऱ्याच गोष्टी समाजानी आपल्यावर लादलेल्या असतात. त्या काढण्याचं काम समुपदेशक करू शकतो.

अनेक नवरा-बायकोंच्या विसंवादामधे बायकोवर फार जबाबदाऱ्या पडतात. ती दमून आणि दबून जाते. घरात थेट नवऱ्याची सत्ता असते. 'निव्वळ कर्मयोग' तिच्या वाट्याला आलेला असतो. यापुढच्या काळात बायका हे सहन करत राहतील असं संपूर्ण पुरुष-जमातीनी गृहीत धरू नये हेच खरं.

अशा बायका बरोब्बर युक्त्याही शोधतात. एक बाई म्हणायच्या की, त्यांना विजेची, कुठच्याही उपकरणाची भीती वाटते. त्यामुळे विजेवर चालणाऱ्या कुठल्याही वस्तूला त्या हात लावायच्या नाहीत. दुसऱ्या एका स्त्रीनी भीती वाटते वगैरे म्हणून ड्रायव्हिंग टाळलं. या दोन्ही उदाहरणांच्यात भीतीच्या नावाखाली त्यांची थोडी तरी कामांची यादी कमी झाली.

जोडपं एकमेकांना म्हणू शकलं पाहिजे की, जे मी मनात दाबत चाललो आहे ते बोललो तर तू रागावशील. पण त्या अपेक्षा समाजानी दिलेल्या आहेत. त्या माझ्या कल्पना नाहीत, त्यामुळे रागवू नको. ही गोष्ट बहुतेक जोडपी बोलू शकत नाहीत म्हणून विसंवाद निर्माण होतो. नवरा-बायको एकमेकांशी संसार

करतच नाहीयत. मनातली नवरा किंवा बायकोविषयी जी कल्पना असते तिच्याशी संसार चालू असतो. त्या कल्पनेच्या जितकी जवळ नवरा किंवा बायको येईल तितकी ती किंवा तो आवडतो.

इंग्लिशमधल्या इरॉटिक या शब्दाबद्दल खूप गैरसमजुती आहेत. इरॉस शब्दाचा मूळ अर्थ जीवनाची देवता. इरॉटिक स्त्री-पुरुष म्हणजे जीवन आनंदानी जगणारी व्यक्ती. शारीरिक प्रेमापेक्षा त्यात मोठा अर्थ आहे.

मन आणि शरीर निराळं असल्यामुळे शारीरिक लक्षणंही विसंवादामुळे दिसतात. झोप न येणं, छातीत धडधड, श्वास कोंडणं, अंगदुखी, डोकेदुखी अशी लक्षणं दिसली तर विसंवादावर गंभीरपणे विचार करायलाच हवा.

कुटुंबामधल्या नवराबायको आणि सासू-सून या दोन महत्त्वाच्या नात्यांव्यतिरिक्तही इतर नात्यांत विसंवाद खूप प्रमाणात असतात आणि त्या ताणाचे परिणाम नवराबायकोच्या नात्यावर होतात. त्याकडे दुर्लक्ष करू नये. एकाला झालेला मनस्ताप दुसऱ्यापर्यंत पोचतोच. कुठच्या स्वरूपात आणि केव्हा हे मात्र नक्की नसतं.

सगळ्या ताणांचं एक मोठं घट्ट विणलेलं जाळं असतं. त्यात नवराबायको अडकत जातात. त्यातही भावंडांची भांडणं निराळ्या स्वरूपाची असतात. काही काळ भावंडं एकमेकांच्या खूप जवळची असतात. पुढे करिअर, जोडीदार, मुलं असे विसंवादाचे घटक वाढत जातात. शिवाय सासर-माहेर, तिकडच्या आणि इकडच्या नातेवाईकांची जाळी, सासरचे दीर, जाऊ, नणंद यांचे जोडीदार, मुलं, सगळं मिळून इतका गुंता असतो की, ते सगळं सांभाळायला फार कसब लागतं. त्या कसबाचं थोडक्यात वर्णन असं आहे– 'अलिप्त वाटता कामा नये, पण प्रत्यक्षात अलिप्त'– कारण एवढ्या माणसांची खरोखर काळजी करणारा माणूस स्वतःच वेडा होईल. सगळी रॅशनल इमोटिव्ह थिअरी त्यासंबंधीच तर आहे.

या सगळ्या नात्यांच्या वेटोळ्यात काही वृद्ध, परावलंबी, अशक्त, बुद्धीनी, कर्तृत्वानी बेताचे असेही असतात. त्यांना सांभाळताना तारांबळ होते. कुणा सुनेची 'सासू सारखी झोपते', अशी तक्रार असते, तर एखाद्या मुलीची वडलांविषयी 'फार मोठ्यानी बोलतात', अशी तक्रार असते. पुन्हा हे ज्येष्ठ लोक काही शिकायला, बदल करायला तयार नसतात. विसंवाद होतोच. मुलं कधी कधी आपल्या स्वतःच्या आईवडलांशीही नीट वागत नाहीत.

भावंडांच्या बाबतीत माझ्या पाहण्यात अशीही उदाहरणं आहेत की, एखादं भावंड मतिमंद, गतिमंद, काही प्रमाणात 'अबनॉर्मल' असतं. त्यातल्या नॉर्मल

भावंडांना मधल्या टप्प्यात केव्हातरी आपल्या मतिमंद भावंडाची जबाबदारी आपल्यावर येणार याची कल्पना असते. काही लोक ती आपली जबाबदारी मानून थेट मान्य करतात, तर काही वेळेवर पळ काढतात.

एक जोडपं हुशार आहे, पण भावना हाताळण्याच्या बाबतीत कच्चं आहे. लग्नापूर्वी झालेल्या प्रेमप्रकरणाचं भूत त्यांच्या मानगुटीवरून उतरतच नाही. दोघंही नेहमी म्हणतात, 'आधी काय झालं यापेक्षा यापुढे काय करायचंय हे महत्त्वाचं आहे.' त्यांच्या विचारांना हे कळलंय. माझ्या मते काही काळानी ते यातून भावनेनीही बाहेर येण्याइतके सक्षम आहेत. येतील बाहेर.

मघाशी उल्लेख केलेली मानसशास्त्रातली एक कल्पना इथे मुद्दामून पुन्हा सांगतो, प्रत्येक माणसाच्या डोक्यात विचार आणि भावनांचे 3 संदर्भ असतात. 1) नाती, 2) पैसे, 3) आत्मसन्मान. याखेरीज चौथा विषय संभवत नाही. या तीनही संदर्भांबद्दल प्रत्येकाला कमी-जास्त समज, स्पष्ट विचारांची अवस्था, प्रगल्भता असू शकते. पण मूळ स्वभावात या तीनहीबद्दलचा काहीतरी अग्रक्रम असतो. एखाद्याला पैसे सर्वांत महत्त्वाचे वाटतात, त्याखालोखाल नाती आणि सर्वांत शेवटचा क्रम आत्मसन्मानाचा असला तर सबंध आयुष्याकडे तो त्या स्वभावाच्या चष्म्यातून बघणार.

या अग्रक्रमामधे नवरा-बायकोच्या स्वभावांत फरक असला तर ते विसंवादाचं कारण बनणार. हा अग्रक्रम शोधण्यासाठी मी एक चाचणीही तयार केली आहे. ती लग्नापूर्वी आणि लग्नानंतरही वापरता येते. हा मजकूर वाचणाऱ्या विवाहित जोडप्यांनी असा विचार करून बघितला तर त्यांच्या मतभेदांच्या मागची कारणं त्यांच्या लक्षात येतील. एखाद्याच्या वागणुकीमागचं कारण कळलं की, निम्मा उपाय सापडलेलाच असतो.

संपूर्ण कुटुंबानी एक तत्त्व मान्य करावं असं मला वाटतं. स्वतःच्या मनाला स्वस्थ वाटणं हाच प्रत्येकाच्या प्रयत्नांचा उद्देश असतो. पण मनःशांती हेच सगळ्यांचं ध्येय असलं तरी त्याचे मार्ग अनेक असतात. त्या मार्गाबद्दल कुटुंबातल्या कुठच्याही व्यक्तीनी दुसऱ्याला आग्रह किंवा सक्ती करू नये.

आमच्या नातेवाईकांच्यात भक्तिमार्गानी मनःशांती शोधणारे खूप आहेत कारण समाजात तीच पद्धत लोकप्रिय आहे. माझ्या दृष्टीनी भक्तिमार्ग हा परावलंबनाचा मार्ग आहे. त्यामुळे तो चुकीचा आहे आणि मुख्य म्हणजे त्याचा उपयोग होत नाही, अशी माझी खात्री झाली आहे.

मानसशास्त्रातल्या मुख्य कल्पनांवर आधारित काही प्रयोगही लोकांनी केले

आहेत. एक म्हणजे ‘स्वतःच्या सकारात्मक भूमिकेच्या निर्धारामुळे सगळ्या व्याधींवर उपाय’, असा प्रयोग झाला आहे. ती कल्पना मला व्यक्तिशः पटत नाही, पण या कल्पनेबद्दल माझा आक्षेप नाही कारण ती स्वावलंबनाच्या कल्पनेत बसते.

दुसरा एक प्रयोग लोक करतात, ‘इतरांच्या चुकांना माफ करणं’ या विषयावर अनेकांनी मिळून एकत्र बोलून मनावरचं ओझं उतरवणं हाच मुख्य उद्देश समोर ठेवून लोक कार्यशाळा घेतात. जीवनसाथचं मी करतो त्या कामात याचा निराळ्या पद्धतीनी समावेश असतोच. अशा प्रकारच्या स्वतंत्र कार्यशाळाही लोक घेतात. त्याबद्दलही माझी काही हरकत नाही.

●

23) करण्याजोग्या गोष्टी

जोडप्यांनी विसंवाद टाळण्यासाठी काही गोष्टी जरूर करून बघाव्यात. त्याचबरोबर स्वतः एकट्यानी वाचन, लेखन, अभ्यास करून त्याबद्दल ज्ञान मिळवणं, ग्रुप काउन्सेलिंगचा एखादा गट नियमितपणे सुरू करणं किंवा गट असला तर तिथे जायला सुरुवात करणं.

व्यक्तिगत समुपदेशकाकडे शक्यतोवर दोघांनी जाणं. अडचण असली तर निदान एकट्यानी जायला सुरुवात करणं. सामाजिक कामात स्वतःला गुंतवून घेणं.

'ऑल्टर्नेटिव्ह मेडिसिन' म्हणजे होमिओपॅथी, नेचरोपॅथी, आयुर्वेद यांची मदत घेणं. यातलं काहीच शक्य नसलं, जमत नसलं, पटत नसलं तर हिप्नॉसिस आणि अगदी शेवटी 'सायकायट्रिस्ट'कडे जाऊन औषधं घेणं.

मुख्य मुद्दा या सगळ्यांतला एकच आहे. हे सगळं कोणासाठी करायचं? स्वतःसाठी. जोडीदारावर किंवा इतर कोणावर उपकार म्हणून नाही.

आयुष्यात येणाऱ्या प्रत्येक प्रश्नाचं मर्म एकच. नशिबानी चांगल्या आणि वाईट अनेक गोष्टी प्रत्येकाच्या वाट्याला आयुष्यभर येणार. त्यांची हाताळणी कशी करायची हे दुसरी कुठचीही शक्ती किंवा व्यक्ती ठरवणार नसते. ते स्वतः ठरवायचं असतं. त्यासाठी त्या गोष्टींच्या सर्व अंगांचा अभ्यास स्वतःलाच करावा लागतो. तो अभ्यास करण्यासाठी जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ लागते ती म्हणजे जीवनसाथ.

माणूस जी जी गोष्ट करेल त्याचा त्याला अहंकार नको, पण रास्त अभिमान वाटायला हवा. त्यासाठी स्वतःची भूमिका पक्की हवी. तेच तर काम जीवनसाथमधे चालतं.

एवढे सगळे मार्ग सांगितले आहेत त्यांपैकी समुपदेशनाचा मार्ग निवडला, तर त्यामधे गटाच्या मदतीनी, समुपदेशक सूत्रधाराच्या मदतीनी करण्याजोगं बरंच आहे, ते मी ओळीनी सांगणार आहे. जीवनसाथमधे मिश्रगटाचं नियमित चालणारं समुपदेशन आहे. प्रत्येक महिन्याच्या पहिल्या रविवारी दुपारी 2 वाजता बैठक असते. त्याखेरीज विशिष्ट प्रश्नात एकमेकांना मदत करणाऱ्यांचा 'को-काउन्सेलर्स'चा निवडक गटही माझ्या मदतीनी चालतो. दोन कुटुंबांच्यात मतभेद असले तर

संपूर्ण कुटुंब-समुपदेशनही चालतं आणि अर्थात जास्तीतजास्त प्रमाणात जोडप्यांचं आणि वैयक्तिक समुपदेशन चालू असतं. मी एवढंच करतो, करू शकतो त्यामुळे मी त्याविषयीच फक्त सांगणार आहे.

मी ज्या पद्धतीनी समुपदेशन करतो त्याला क्रिटिकल ॲनॅलिसिस म्हणतात. त्यात विशिष्ट टप्प्यांनी माझ्या मदतीनी लिखाण करायचं असतं. त्यामुळे विचारांच्यात स्पष्टपणा येतो आणि सगळ्याचा उद्देश समतोल विचाराकडे जाण्याचा असतो. सकारात्मक, पण केवळ सकारात्मक नाही, नकारात्मक पण केवळ नकारात्मक नाही असा समतोल विचार करायला ही पद्धत मदत करते. त्याखेरीज इथे काही प्रकारच्या मानसिक चाचण्यांचीही सोय असते. पुस्तकाच्या संचातल्या शेवटच्या भागात त्यांच्याविषयी सविस्तर माहिती दिली आहे. जरुरीप्रमाणे कुठच्या चाचण्या हे मला ठरवावं लागतं.

मागे मी एका काउन्सेलरबरोबर एकत्र काम करत होतो. एक अत्यंत वाईट मनःस्थितीतला माणूस समोर होता. मी असायला त्याची हरकत नव्हती. तो पार डिप्रेशनमधे होता आणि आत्महत्या करण्याबद्दल बोलत होता. हा माझ्याबरोबरचा काउन्सेलर त्याला म्हणाला, 'इतकं असेल तर आत्ता जाऊन त्या समोरच्या कठड्यावरून उडी मार.' त्या माणसानी तसं काही केलं नाही. तो गेल्यावर माझं अशा परिस्थितीतल्या योग्य-अयोग्य ट्रीटमेंटविषयी बोलणं चालू होतं. या सरळसरळ दोन पद्धती आहेत. माझ्याकडेही आयुष्याचा कंटाळा आल्यामुळे आत्महत्या करण्याविषयी बोलायला लोक येतात. माझी पद्धत निराळी आहे. मी म्हणतो, 'आपण याविषयी एक-दोनदा भेटून बोलून बघू. समजा, नाहीच जगायचं असं ठरलं तर आत्महत्येच्या पद्धतीविषयी बोलू. त्यानंतर निर्णय तुम्हीच घ्यायचाय.' नव्याण्णव टक्के वेळा या मार्गानी तो माणूस सकारात्मक मनःस्थितीत पोचतो.

संघर्षपूर्ण वैवाहिक जीवनाचे ताण वाईट असतात. अशा ताणांची जाणीव झाली की, मॅरेज काउन्सेलरकडे जायला पाहिजे खरं तर. प्रत्यक्षात तसं होत नाही. पुरुषाचा अहंकार हाच मूळ विकार असल्यामुळे विवाह मार्गदर्शकाकडे यायला सहसा पुरुष तयार होत नाही. त्याखेरीज विवाह मार्गदर्शकाच्या वेळा पाळणं, त्याची सल्ला-फी देणं, परक्या माणसाला खासगी तपशिलांविषयी सांगण्याचा संकोच या सगळ्या अडचणी असतातच. समुपदेशकाकडे लोक का जात नाहीत, याविषयीची बरीच कारणं शोधली आहेत. त्याची थेट यादीच

पुस्तकाच्या संचाच्या शेवटच्या एका भागात दिली आहे. 'विवाह अभ्यास मंडळ म्हणजे काय' याबद्दल माहिती सुरुवातीला आहे.

ज्या माणसांविषयी हे सगळं बोलणं चालू आहे ते नेहमीच्या अर्थानी यशस्वी आहेत. ते आर्थिक व्यवहारात तरबेज आहेत, पण कौटुंबिक-भावनिक व्यवहारात कच्चे आहेत.

मला त्यांना सगळ्याचा सगळा दोष द्यायचा नाही कारण ते या शहरीकरणाचे आणि अर्थव्यवस्थेचे, राजकारणाचे बळी आहेत. त्यांना कुटुंबातली गंमत नाहीशी झाल्याचं जाणवलंय, पण ते भांबावलेले असल्यामुळे काय करावं कळत नाहीय्. 'रिलेशन्स मॅनेजमेंट'चा मार्ग मी सांगतोच. पण ज्यांना तो माहीत नाहीय्, ते काय करतात मग?

एक उदाहरण सांगतो.

सरासरी महिन्यातून एकदा बायको कामानिमित्त बाहेरगावी जाते त्याबद्दल नवरा अस्वस्थ असतो. संशय नाही पण काळजी त्रास देते. त्या प्रश्नाला उत्तर? तो म्हणतो, तू बाहेरगावी जात जाऊ नको. ती म्हणते, मी काय जगात एकटी बाहेरगावी जाते का? अलीकडे तर नोकरीच्या निमित्तानी मुली लहान मुलांना घरात सोडून परदेशातही जातात. त्यात काळजी कसली करायची? त्याचं म्हणणं, तुला काही झालं तर नुकसान तुझं आणि माझं होणार आहे. तुला बोलावणाऱ्यांचं नाही. बायकोला हे समजू शकतं पण जाणं टाळावं असं वाटत नाही, पटत नाही. सध्याचा वैवाहिक प्रवास सोपा राहिलेला नाही. विकृत माणसांचं प्रमाण वाढलेलंय. अशा परिस्थितीत बाहेरगावी अनोळख्या ठिकाणी, वेळ वाचवण्यासाठी रात्री-बेरात्री प्रवास टाळणंच योग्य. एक्पोजरच पाहिजे असेल तर गावोगावीच काय, राज्योराज्यी, देशोदेशी भटकून जास्त एक्सपोजर मिळेल. कुठे समाधान मानायचं हे कुटुंबस्वास्थ्याचा विचार करून ठरवायला नको का? करिअर करायचं असा एकांगी विचार अयोग्य आहे असं नवऱ्याला वाटतं. सबंध कुटुंबानी एकत्र बसून शांतपणी चर्चा केली तर काहीतरी शक्य आहे. अशा प्रश्नासाठीच तर 'क्रिटिकल ॲनॅलिसिस' काउन्सेलिंग असतं.

कित्येक वेळा गरज आणि इच्छा यातला अर्थ जोडीदारापैकी एकाला किंवा दोघांना समजत नाही. भूक लागली तर अन्न हवं ही गरज आणि जिलबी पाहिजे ही इच्छा किंवा आसक्ती. ती इच्छा भागली नाही की एकजण दुसऱ्याला दाखवून देतो की, बघ, मी कसं जुळवून घेतोय. असा उल्लेख

झाला की ते जुळवून घेणं नाहीच.

दोन माणसांना एकमेकांशी जुळवून घेता येत असेल अशी खात्री झाली असेल की मग लग्नबंधनात शिरावं. प्रत्यक्षात जेव्हा समुपदेशकाकडे लग्नाआधी एखादं जोडपं भेटायला आलं की बघावं तर त्यांची लग्नाची तारीख ठरलेली असते, हॉल बुक केलेला असतो आणि पत्रिका वाटून झालेल्या असतात.

त्यांना वाटायला लागलेलं असतं की या व्यक्तीशी लग्न करावं का नाही. कधी कधी मुळात लग्न करावं का नाही अशीही काहींना शंका असते. बुद्धीला न पटणाऱ्या अनेक गोष्टी जाणवायला लागतात.

जेव्हा दोन्ही जोडीदारांची खात्री होते (निव्वळ एकाची नाही), की आपल्याला हा प्रश्न सोडवायचा आहे आणि आपण दोघं हा प्रश्न सोडवू शकत नाही, तेव्हाच लोक समुपदेशकाकडे जातात. दोघं आले किंवा काही वेळा सबंध कुटुंब आलं तर जेवढा उपयोग होतो तेवढा एकट्यानी जाऊन होत नाही.

कौटुंबिक विसंवाद या विषयातली एक खूप महत्त्वाची गोष्ट सांगतो. कोणाशीही कशाही प्रकारचं भांडण झालेलं असलं नि तरी भांडणतंटा मिटवण्याची आपली मनापासून इच्छा असली तर ते मिटवता येतं. एका हातानी टाळी वाजत नाही वगैरे खरंच आहे. जेव्हा दोन माणसांचं भांडण होतं, तेव्हा 'माझी काही चूक नाही, त्यांनी असं केलं', असं सगळे म्हणतात. पण ते कधीच पूर्ण खरं नसतं. नेहमीच आपलंही काहीतरी चुकलेलं असतं. ती चूक शोधून, कबूल करण्याची तयारी असली तर आर्जवाला दाद देऊन न विरघळणारा असा माणूसच नसतो. दुर्दैवानी अशा प्रकारची समज असणारी माणसंच सापडेनाशी झालीत हा मोठा सामाजिक प्रश्न आहे.

नवरा-बायकोचे मतभेद किंवा भांडण असो, नाहीतर आणखी इतर नात्यांमधला वाद असो, सभ्यतेची मर्यादा कधीच कोणी ओलांडू नये. यामधे पाच प्रकारची व्यक्तिमत्त्वं असतात.

1) तीव्र शब्दांत भावनांचं खूप मिश्रण करून आरडाओरडा किंवा रडारड करून भांडणारे. साधारणतः असे लोक शांतही लवकर होतात.
2) कमी व्यक्त करणारे पण रुसून बसणारे. या प्रकारच्या लोकांचंही प्रमाण बरंच आहे. हे लोक त्यांच्या त्यांच्या वेगानी शांत होतात.
3) अबोला धरून संबंध तोडणारे. हे लोक स्वतःचं आणि इतरांचं नुकसान करून घेतात. कारण पूर्ण संबंध तोडण्याइतके दुष्ट आणि नालायक लोक

संख्येने फार कमी असतात.

4) आणखी एक प्रकार म्हणजे दुसऱ्यासमोर काही न बोलता मागे त्याविषयी वाईट बोलत सुटणारे. अशांचं प्रमाण खूप असतं.

5) काही न बोलता गप्पपणी स्वतः नुसते सहन करणारे.

तुम्ही स्वतः यांपैकी कुठच्या प्रकारचे आहात हे तुम्हीच ठरवायचं आहे. यांपैकी कुठच्याही प्रकारानी, पण संवाद चालू असेपर्यंत परिस्थिती सुधारण्याची आशा असते. संवाद संपला की मात्र त्याचा अर्थ क्षितिजावर घटस्फोट दिसायला लागला.

रुसून बसणारे तिसऱ्या प्रकारचे दोघंही नवरा-बायको असले तर सर्वांत पंचाईत होते. इतर प्रकारचे नवरा-बायको खटपटीनी मार्ग काढू शकतात. आमच्या जीवनसाथमधे नवीन लग्न झालेल्यांची भांडणं सोडविण्याचे बरेच प्रसंग असतात. स्वतंत्र कुटुंबात साधारणपणी रुसून बसण्याची शक्यता जास्त असते.

विवाह-अभ्यास ही गोष्ट अनेकांना गुंतागुंतीची वाटते. इतकी कठीण गोष्ट एकतर्फी भाषणांनी कधीच साध्य होत नाही. मुलामुलींनी चर्चेत स्वतः भाग घेणं, त्याविषयीचे खेळ खेळणं अशा पद्धतीनी हळूहळू पण खात्रीशीर परिणाम होतो. नुसता उपदेश अजिबात उपयोगी नाही. स्वतःचे अनुभव, स्वतःच्या चुका, शोधलेले उपाय हे आधीच्या पिढीनी सांगणं एवढंच करावं. भारतीय समाजात स्वावलंबनाची पुरेशी किंमत नाही. निर्णय कोणी घ्यायचा हाच खरा प्रश्न असतो. आईवडलांना खरोखर मनापासून वाटतं की, आपल्या मुलांच्या लग्नाचे सगळे निर्णय आपण घ्यायचे आहेत. अप्रत्यक्ष हुंड्याबद्दल, लग्नसमारंभाच्या खर्चाबद्दल, देण्याघेण्याबद्दल, शिवाय जात, धर्म, ईश्वर, पत्रिका, कर्मकांडं, विधी सगळ्याबद्दल. या विषयामधला नवरानवरीचा वैयक्तिक विचार, सामाजिक अन्यायाचा विचार बाजूला राहतो. अभ्यास मंडळात याची मुद्देसूद चर्चा चालते. निर्णय स्वतःच घ्यावा असा संदेश सतत मांडला जातो. निर्णय स्वतः घेण्यासाठी क्षमता वाढवावी लागते. त्यासाठी तर जीवनसाथचं काम आहे.

गटात लोकांनी मोकळेपणानी बोलावं यासाठी काही पथ्यं पाळावी लागतात. गटात राजकारणं नसावीत. नेहमी तीचतीच लोकं बोलतात असं नसावं. गटामधल्या लोकांचा एकमेकांशी मनमोकळा संवाद असावा. नवीन आलेल्या लोकांना सामावून घेणं सहजपणी व्हावं.

या पुस्तकात विवाहितांच्या मुलाखती असा स्वतंत्र लेख आहेच. काही

जोडप्यांपैकी थोडे विशेष उल्लेख इथे मुद्दामून करतो. एका जोडप्यामधे असा करार होता की, काहीही मतभेदाचा मुद्दा असला तरी त्याविषयी बोलून प्रश्न सोडवूनच रात्री झोपायचं. झोपायला उशीर झाला तरी चालेल. दुसऱ्या एका जोडप्यानी वैवाहिक आयुष्यातल्या यशाचं सूत्र म्हणून सांगितलं की, कितीही मतभेद झाले तरी सासू-सासऱ्यांना उलट बोलायचं नाही. एकमेकांजवळ तक्रारी सांगायच्या. तिसऱ्या एका जोडप्यानी सांगितलं की, भविष्याची चिंता करायची नाही. मुलं पुढे काय करतील, त्यांच्यासाठी मालमत्ता, पैसा साठवणं यातल्या कशाच्याही भानगडीत पडायचं नाही.

●

आयुष्यात येणाऱ्या प्रत्येक प्रश्नाचं मर्म एकच. नशिबानी चांगल्या आणि वाईट अनेक गोष्टी प्रत्येकाच्या वाट्याला आयुष्यभर येणार. त्यांची हाताळणी कशी करायची हे दुसरी कुठचीही शक्ती किंवा व्यक्ती ठरवणार नसते. ते स्वतः ठरवायचं असतं. त्यासाठी त्या गोष्टींच्या सर्व अंगांचा अभ्यास स्वतःलाच करावा लागतो. तो अभ्यास करण्यासाठी जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ लागते ती म्हणजे जीवनसाथ.

24) खरं प्रेम म्हणजे काय ते न समजणं

खऱ्या निरपेक्ष प्रेमाची शक्यता आयुष्यात फार पुढच्या टप्प्यात निर्माण होते. बराच विचार, सारासार बुद्धी वापरून नवरा-बायकोनी एकमेकांसाठी केलेल्या अनेक गोष्टींनंतर काही वर्षांनी त्या प्रेमाची सुरुवात होते. ही विधानं ऐकून कितीही वाईट वाटलं तरी, नकारात्मक वाटलं तरी, ते अंतिम सत्य आहे. फार कमी जोडप्यांच्या वाट्याला असं उच्च प्रतीचं प्रेम येतं हेही जगन्मान्य सत्य आहे आणि आपण ते मान्य करूया. आपली पहिली पायरी तणावविरहित वैवाहिक आयुष्य गाठण्याची आहे. ती ओलांडली तर समृद्ध-समाधानी वैवाहिक आयुष्य काही काळानी शक्य आहे. समृद्धीचा अर्थ पैशांची श्रीमंती असा इथे अजिबात नाही. चरितार्थाची काळजी नाही अशी अवस्था आणि नवरा-बायको आणि त्यांची सासर, माहेर, मुलं यांच्या आपुलकीची समृद्धी इथे अभिप्रेत आहे.

अशा समृद्धीची परीक्षा होण्यासाठी कुटुंबासमोर अनेक प्रश्न उभे राहावे लागतात. संकटं यावी लागतात. त्यांना उत्तरं शोधताना माणसं कळत जातात. असे चांगले-वाईट प्रसंग पुरेशा प्रमाणात घडायला बरीच वर्षं जावी लागतात. या परीक्षेसाठी चांगल्यापेक्षा वाईट प्रसंग महत्त्वाचे ठरतात. अशा प्रसंगांच्यात व्यक्ती नापास झाली की, दुरावा निर्माण होतो, पास झाली तर जवळीक वाढते. दुरावा आणि जवळीक याचा स्कोअर सतत मनात मांडला जातो. अशा अनेक वर्षांनंतर त्या जोडप्याची एक स्वतंत्र संस्कृती बनते. नीतीची, कुटुंबकारणाची, अर्थकारणाची, समाजकारणाची एक बैठक बनते. अशा परिपक्व जोडप्यांच्यातलं एकमेकांच्यातलं नातं, समजूत, प्रेम, मतभेद हे सगळं कौतुकानी पाहण्याजोगं, शिकण्याजोगं असतं. हे फार कमी प्रमाणात आढळतं हीच मुख्य अडचण आहे.

अशा उच्च दर्जाच्या प्रेमाच्या कल्पनेवर मुला-मुलींचं प्रेम असलं तर हरकत नाही; पण सुरुवातीला साधं डोळसपणी वागण्यासाठी शक्यतोवर लग्न ठरल्यानंतरच्या काळात आपल्या अगदी जवळच्या मित्रमैत्रिणी, आईवडील, भाऊ-बहीण यांपैकी कोणाबरोबर तरी नियमित चर्चा करावी आणि त्यांचा सल्ला घ्यावा. काही व्यक्ती मुळातच शांत, संयमी, विचारी आणि संतुलित असतात. त्यांच्याबाबतीत अविचाराचा धोका संभवत नाही. त्यांना सल्ल्याची गरज कमी

भासते; पण अनुभवही कमी असतो, त्यामुळे त्यांनीही कोणाचातरी सल्ला जरूर घ्यावा. मगाशी उल्लेख केल्याप्रमाणे याच पुस्तकसंचात विवाहितांच्या मुलाखती असं प्रकरण आहे. जीवनसाथतर्फे मी अनेकांच्या मुलाखती घेतल्या आहेत. त्याचं तंत्र पण विकसित केलं आहे. विवाहितांच्या मुलाखतीतल्या तपशीलांनी खरं प्रेम म्हणजे काय हे ऐकणाऱ्यांना कळावं असा आमचा प्रयत्न असतो.

प्रत्यक्ष लग्न होताना मंत्र म्हटलेले असोत नाहीतर दुय्यम निबंधकाच्या नोंदवहीवर सही केलेली असो. खऱ्या प्रेमाच्या कसोटीचा काळ म्हणजे काय याची नवरा-बायको दोघांनाही कल्पना नसते.

दोघांपैकी एकाला काही गंभीर आजार झाला तर जोडीदाराला त्या अवस्थेत सोडून पळून जाणारे नवरेही असतात आणि बायकाही असतात.

एड्‌सची लागण होणं, कॅन्सर होणं, अर्धांगवायू, पार्किन्सन्स डिसीजचा त्रास, हृदयविकार, आंधळेपणा, कोड येणं. या आणि अशा गोष्टी म्हणजे जोडीदाराची कसोटीच असते. त्याचबरोबर ती खऱ्या प्रेमाचीही कसोटी असते.

विवाहित जोडप्यांच्या मुलाखतींमधून खरं मुरलेलं प्रेम म्हणजे काय याचा बऱ्यापैकी अनुभव कळतो.

एक गोष्ट मला सगळ्या जोडप्यांना सांगायची आहे. एकजण वाईट वागत असला तर दुसरा त्याची प्रतिक्रिया म्हणून वाईट वागेल. बरोब्बर उलटी गोष्टही तेवढीच खरी आहे. एकजण दुसऱ्याशी सातत्यानी चांगलं वागला तर दुसराही चांगलं वागायला लागेल. भांडलेल्या जोडप्यात प्रश्न एवढाच असतो की, सुरुवात कोणी करायची. 'आत्तापर्यंत जे चुकीचं घडलं ते विसरून जाऊया, आपण पुन्हा निर्मळ मनानी सुरुवात करूया', असं प्रथम कोणी म्हणायचं हाच प्रश्न असतो. मी असं म्हणतो की, तुम्ही ठरवून टाका, की तुम्ही याची सुरुवात करणार. नव्याण्णव टक्के वेळा प्रश्न मिटेल बघा!

●

25) भांडणाचं टोक- घटस्फोट

विवाहाबद्दलचे प्रश्न हा विषय निघाला की, सगळ्यांना घटस्फोटांचं प्रमाण वाढलंय हे सुचतं. ज्यांचा घटस्फोट झाला ते खरं म्हणजे एकमेकांपासून सुटले. ज्यांची घरातली अवस्था घटस्फोटासारखी आहे, ज्यांना एकमेकांविषयी काही भावना शिल्लक नाहीत अशी अनेक जोडपी आहेत. त्यांचा प्रश्न जास्त गंभीर आहे.

एकमेकांशी जुळत नसलं तरी मूल होण्यापूर्वी नवराबायकोनी घटस्फोट घेण्यासंबंधी 10 वेळा साधकबाधक विचार करावा. घटस्फोटानंतरसुद्धा आयुष्य सोपं नाही. घटस्फोटाच्या प्रक्रियेचा काळ तर त्रासदायक असतोच. मूल असलं तर मात्र 20 वेळा विचार करावा कारण मुलाचे खूप हाल होतील अशी शक्यता आहे. दुसरं मूल झालं तर 30 वेळा विचार, मालमत्ता विकत घ्यायची असेल तर 40 वेळा विचार करावा. (मालमत्ता नवऱ्याच्या एकट्याच्या नावानी असो, बायकोच्या एकटीच्या नावानी असो, जोडीदाराचा त्या मालमत्तेवर कायदेशीर हक्क असतोच.) आणि या सगळ्यामधे वय चाळीसच्या पुढे गेलं तर घटस्फोटापूर्वी 50 वेळा विचार करावा. मुख्य म्हणजे समुपदेशकाकडे जावं आणि त्याच्याबरोबर चर्चा कराव्यात. प्रत्येकाला शेवटची एक संधी मिळायलाच हवी. तरीही नाही जमलं तर शेवटी काडीमोड आहेच.

विवाहाच्या इतिहासात डोकावलं तर असं दिसतं की, काही काही बदल माणसाच्या बदलाबद्दलच्या सर्व क्षमतेच्या पलीकडे होते. स्वातंत्र्य मिळालं तेव्हा भारतीय माणसाचं सरासरी वय 28 होतं ते वैद्यकीय क्षेत्रात झालेल्या बदलांमुळे आता 56 झालंय. माणसं जास्त जगायला लागली आणि मुलं जास्त जन्मली. लोकसंख्या वाढणारच. त्याचे प्रश्नही राष्ट्रीय पातळीवरचे आणि भयंकर असतात.

कायद्यात बदल झाले. निराळं फॅमिली कोर्ट पूर्वी नव्हतं ते चालू झालं. 'नॉन कॉम्पॅटिबिलिटी' या कारणानी घटस्फोटाला मान्यता मिळायला लागली.

घटस्फोटितांनी असं समजायचं काही कारण नाही की हा शेवट आहे. ही तर आणखी एका कहाणीची सुरुवात असते. आधीच्या प्रेमभंगांचा जसा फायदा असतो तसा विवाहभंगाचाही फायदा घ्यावा आणि पुढची कहाणी सुखकारक बनवावी.

पूर्वी स्त्री पैसे मिळवूच शकत नसे, कारण स्त्रियांचं शिक्षण हा सामाजिक रूढीचा भाग नव्हता. लग्न हा अनेक स्त्रियांचा चरितार्थाचा मार्ग होता. लग्न टिकवण्यासाठी आता तर चरितार्थाखेरीज इतर गोष्टींना महत्त्व आलं. हा खूप मोठा न पेलवणारा बदल ठरला.

फार झपाट्यानी तपशील आणि तंत्रं बदलली तरी समाजाला ती पेलत नाहीत. मूल्यं झपाट्यानी बदलली तर समाज पूर्णच भांबावतो. तसं भारताचंच नाही, सबंध जगाचं झालं. परिणाम आपण बघतोच आहोत. एकंदरीत विवाहसंस्थेत स्त्रियांचे हाल झाले. पुरुषांची सोय झाली. काही प्रमाणात लहान मुलांना स्वास्थ्य मिळालं. नवरा बायकोत भांडणं असली तर मुलांचेही हाल होतात. ज्याअर्थी एवढी शेकडो, हजारो वर्षं विवाहसंस्था टिकून आहे, त्याअर्थी त्यात काहीतरी तथ्य असलं पाहिजे म्हणून तरी आपण सगळे मिळून तिचा अभ्यास करूया. संस्काराबद्दलचे नियम, समाजनियम अलिखित आहेत. काही नुसते रीतिरिवाज आहेत, पण जास्तीतजास्त प्रमाणात स्त्री-पुरुष संबंध याबद्दल आहेत.

सध्याच्या विवाहितांची परिस्थिती 'कांदे किंवा फटके' या गोष्टीसारखी होऊ लागली आहे. ती गोष्ट सांगतो नि मग पुढे जातो. एका राजानी एका माणसाला 100 फटके खाण्याची शिक्षा फर्मावली. तो खूप गयावया करू लागला तेव्हा राजानी त्याऐवजी त्याला 100 कांदे खायला सांगितले. त्याला ही कल्पना सोपी वाटली. कसेबसे काही कांदे खाल्ल्यावर त्याला वाटलं की, या भयानक त्रासापेक्षा झटपट फटके संपवलेले बरे. काही फटके खाल्ल्यावर, खूप यातना सोसल्यावर तो मुकाट्यानी कांदे खायला लागला. असं करत करत शेवटी त्यानी 100 फटके आणि 100 कांद्यांची शिक्षा भोगली. विचाराशिवाय, अभ्यासाशिवाय लग्नाची आणि अस्वस्थ जोडप्यांची अवस्था शेवटी अशी होते. मधेच ते घटस्फोटाचा विचार करतात. पुन्हा जुळवून घ्यायला बघतात, पुन्हा भांडतात, पुन्हा समेट करतात. या प्रकरणात स्वतःचे, मुलांचे, आधीच्या पिढीचे सगळ्यांचे हाल करून घेतात. कांदे नि फटके आयुष्यभर चालू राहतात.

आत्तापर्यंत कित्येक भांडणाऱ्या जोडप्यांना मी 'गुपचुप छुपा घटस्फोट' कसा घ्यायचा याच्या पायऱ्या सुचवल्या आहेत त्या पायऱ्या ओळीनी सांगतो.

1) ठरलेल्या दिवसापासून एकमेकांशी कुठल्याही विषयावर चर्चा करणं बंद करायचं. इतरांना जाणवेल असा अबोला धरायचा नाही. पण प्रत्यक्ष मतभेदाच्या विषयांविषयी अजिबात बोलायचं नाही. रोजच्या दिनचर्येत काही

बदल करायचा नाही. मुलं असली तर मुलांना ही गोष्ट कळताही कामा नये.

2) रोज जमेल तेव्हा मतभेदाच्या विषयाबद्दल माहिती काढायची, इंटरनेट, पुस्तकं, मित्रमंडळींच्यात चर्चा सगळ्या पद्धती वापरायच्या, स्वतःची टिपणं रोज लिहून ठेवायची.
3) घरातली माणसं किती, घर केवढं याप्रमाणे निराळ्या खोल्यांच्यात झोपायचं किंवा एकाच खोलीत पण निराळ्या ठिकाणी झोपायचं. लैंगिक शारीरिक संभोगाला सुट्टी द्यायची.
4) दोघांपैकी एकानी शारीरिक संभोगाची इच्छा दाखवली तर होकार द्यायचा, पण संभोग थोडक्यात उरकायचा. शारीरिक संबंधासाठी अडवणूक करण्याचा विचारही डोक्यात आणायचा नाही.
5) या पद्धतीनी 4 दिवस ते आठवडा काढला की एकमेकांना मुद्देसूद पत्र लिहायचं. त्यामधे जोडीदाराचे चांगले गुण आवर्जून लिहायचे. शिवाय स्वतःला कशाचं वाईट वाटलं ते लिहायचं. ते एकमेकांना द्यायचं.
6) आठ दिवसांनंतर सोयीच्या दिवशी घरच्यांना काहीतरी सांगून रात्री हॉटेलमधे जायचं. शांतपणे जेवढं बोलता येईल तेवढं बोलायचं. दुसऱ्याची बाजू समजावून घ्यायची.
7) इथपर्यंतच्या मार्गांनी काही परिणाम होत नसला तर आणखी 8 दिवस निराळ्या घरी, बाहेरगावी तोच प्रयत्न पुन्हा करायचा. या 8 दिवसांत आणि आधीच्या 8 दिवसांत मुख्य फरक करायचा म्हणजे कमीतकमी खायचं, उपास करायचा, उपास वाढवत न्यायचा, खाणं कमी कमी करायचं. पोट रिकामं असलं की माणूस अंतर्मुख होण्याची काही प्रमाणात शक्यता असते.
8) यानंतरही काही परिणाम होत नाही असं आढळलं तर समुपदेशकाकडे जायचं आणि सगळी पत्रं त्याला दाखवायची.

या पद्धतीनी छुपा घटस्फोट घेऊन 50% वेळा फायदा होतो असं आत्तापर्यंत आढळलेलं आहे. कायदेशीर घटस्फोट हे प्रकरण सोपं नाही. मुलांचे तर हालच होतात. घटस्फोटाला आर्थिक, भावनिक, सांस्कृतिक, सामाजिक कितीतरी पैलू असतात. त्याखेरीज पुन्हा दुसरं लग्न केलं तर चांगला जोडीदार मिळेल याची काय खात्री? माझ्या ओळखीत असेही संसार आहेत की, जिथे नवराबायको एका घरात राहतात कारण बाहेर विकत किंवा भाड्यानी जागा घेणं

पैशानी शक्य नाही. जोडीदाराचं काहीही होवो अशा मनःस्थितीत दोघं खरं म्हणजे काही वर्षांपूर्वीच पोचली आहेत.

विभक्त कुटुंबात एक वर्ष संसार केल्यावर नवरा-बायकोला मूल्यांमधला फरक आणि तपशीलामधला फरक यामधला फरक कळलेला असतो. एकत्र कुटुंबात कित्येक वेळेला एकमेकांच्या मूल्यांत फरक असल्यामुळे खटके उडतात हे कळायलाच काही वर्षं जातात. आम्ही वैचारिक दृष्टीनी स्वतंत्र कुटुंबाच्या बाजूचे आहोत त्याचं हे एक महत्त्वाचं कारण आहे. ज्या जोडप्याला एकमेकांशी आपलं जुळत नाही हे वेळेवर कळलं ते नशीबवानच म्हणायचे. मुलं होण्याच्या आत त्यांनी घटस्फोट घेतला तर त्यापुढचा एकमेकांचा नि मुलांचा प्रचंड छळ तरी होणार नाही.

लग्नाला काही वर्षं झाल्यावर किंवा मुलं झाल्यावर ज्या जोडप्याला खूप उशिरा जाग येते आणि घटस्फोट घ्यायची पाळी येते त्यांचं आम्हाला वाईट वाटतं. 4-5 वर्षांत एकमेकांची पारख करणं जमत नसलं तर घटस्फोट घेऊन पुढे दोघांनी पुनर्विवाह केले तरी त्यांची काय अवस्था होणार? विवाह अभ्यास करून, स्वतःला सुधारून मग घटस्फोटित, विधवा यांनी जरूर पुनर्विवाह करावा असं माझं मत आहे.

घटस्फोट या विषयावर मुळात मला काय वाटतं ते सांगतो. सगळा विचार, अभ्यास, चर्चा यानंतर मुलं झालेली असोत किंवा नसोत, छोटी असोत किंवा मोठी असोत, नवरा-बायकोंनी एकमेकांशी जमत नाही असा पक्का निर्णय घेतला असेल तर उगाच एकमेकांना छळत संसार या सुंदर गोष्टीची चेष्टा करण्यात काही अर्थ नाही. लवकर घटस्फोट घेऊन एकमेकांना मोकळं करावं. त्या त्रासदायक नात्यातून स्वतःची मुक्तता हे सर्वांत महत्त्वाचं मानावं. पोटगीचे दावे, एकमेकांचा सूड या कशाच्याही भानगडीत पडू नये. अशा प्रसंगीचा मालमत्तेचा, दागिन्यांचा मोह– सगळ्या गोष्टी कमी महत्त्वाच्या समजाव्यात. चुकीचा जोडीदार निवडल्याची भावना ही सगळ्यात मोठी जखम असते. ती जखम अशा प्रसंगामुळे आणखी चिघळते नि आयुष्यभर छळते. लोकांच्या स्वभावात मूळचेच दोष आहेत किंवा त्यांची निर्णयशक्ती कच्ची आहे असा त्याचा अर्थ होतो.

मुलं झाल्यावर शक्यतोवर घटस्फोट घेऊ नये असंच आम्हाला नक्की वाटतं. या एका कारणासाठी लैंगिक शिक्षणाच्या अभ्यासक्रमातही 'संततीनियमनाची पहिली काही वर्षं' हा भाग आम्ही आग्रहानी शिकवतो. घटस्फोट झाल्यावर मुलांचे हाल सर्वांत जास्त होतात. मानसिक असुरक्षितता असूनही ती मुलं नॉर्मल

राहिली तर ते आश्चर्यच समजायला हवं. आपल्या समाजातल्या चालीरीतींमुळे बहुतेक सगळ्या आया घटस्फोटानंतर फार हाल सोसतात. पैशांचे प्रश्न असतातच. तुलनेनी मुलांचे एकटे पडलेले वडील कमी त्रासात जगतात. घटस्फोट ही कायदेशीर प्रक्रिया असल्यामुळे कायदा यंत्रणेचा गैरवापर करणारे काही वकील या सगळ्या त्रासदायक प्रकरणात हातभार लावतात. एकमेकांवरचे केलेले खरे-खोटे आरोप, भरपाईच्या रकमेसाठी वकिलांची कारस्थानं या सगळ्या प्रकारामुळे कुटुंब न्यायालय हा प्रकार म्हणजे विषण्ण करणारा भयानक अनुभव असतो.

सध्याच्या कायद्याप्रमाणे बायको पोटगी मागू शकते त्याचप्रकारे नवराही पोटगी मागू शकतो.

सिनेमात बघतो तसे क्रूर खलनायक, खलनायिका आपल्या मध्यमवर्गीय आयुष्यात अजिबात नसतात, पण ते कोंडी करू शकतात. मधे कितीही वेळ गेला असला तरी मानापमान नाटकातलं भांडण मिटवता येतंच. त्यात पैशाचा प्रश्न असला तर मात्र गोष्ट पूर्ण निराळी असते. प्रत्यक्ष पैशाच्या व्यवहाराशिवाय त्या प्रकारचं भांडण मिटूच शकत नाही.

एखाद्या घटस्फोटात घटस्फोटाचं कारण अगदी बुद्धीला पटण्याजोगंही असू शकतं. वकिलांना अशा वेळेला उगाचच्या उगाच खरी नसलेली कारणं कागदपत्रात आणू द्यायची नाहीत. पुनर्विवाह करताना एक गोष्ट मात्र महत्त्वाची आहे. नवीन जोडीदाराला आधीच्या घटस्फोटाचं खरं कारण सविस्तर सांगायला हवं. फॅमिली कोर्टाच्या निकालाची प्रत सरळसरळ वाचायला द्यावी.

कायद्याबद्दल एक उल्लेख इथे मुद्दामून स्पष्टपणे करतो. अजूनही मुलांचा नैसर्गिक पालक म्हणजे वडील असंच धरलं जातं. भारत हा पुरुषप्रधान देश आहे हे कसं विसरता येईल? खरं म्हणजे कौटुंबिक विसंवाद या विषयाबद्दल मी एवढ्या पोटतिडिकीनी उपाय शोधतोय्, सांगतोय. पण या सगळ्याला खूप वेळ लागणार याची मला कल्पना आहे.

●●●

3

मी आणि शोभामधले विसंवाद

शोभानी आणि मी गेल्या अनेक वर्षांत अनेक मुलाखती दिल्यायत्. निमित्तं निरनिराळी असायची. कधी आमचा 8 महिन्यांचा परदेश प्रवास, कधी भारतातली आणि विलायतेतली सामाजिक परिस्थिती, कधी बांधकामातल्या माझ्या करीअरमधे यशस्वी पुरुषामागची स्त्री म्हणून मुलाखत, कधी शोभासारख्या प्रसिद्ध लेखिकेच्या सहजीवनाबद्दल प्रश्नोत्तरं, पण शेवटी आमच्या वैवाहिक आयुष्याचा विषय निघायचाच, आणि आमचं लग्न निराळ्या पद्धतीनी ठरलेलं असल्यामुळे त्याविषयी प्रश्न असायचेच. कधी पालक शिक्षणाच्या कार्यक्रमाचंही निमित्त असायचं, तर बरेच वेळा विवाह–अभ्यासातलाच मुलाखत हा भाग असायचा.

निराळ्या पद्धतीच्या लग्नाबद्दल लोकांना कुतुहल असायचं, याचा अर्थ असा की शोभाची आणि माझी लग्नापूर्वी एकमेकांशी प्रत्यक्ष गाठ पडलेली नव्हती. आम्ही पत्रमैत्रीतून ठरवलेलं ते लग्न होतं. 45 वर्षांपूर्वी ऐकणाऱ्याच्या दृष्टीनी ती अचंबा वाटण्याजोगीच गोष्ट होती. शोभाचा मोठा भाऊ इंग्लंडमधे असताना मी आणि तो एकत्र राहायचो. त्याला आलेली त्याच्या घरची पत्रं तो मला वाचायला द्यायचा आणि मला माझ्या घरून आलेली मी त्याला वाचायला द्यायचो. अशा कारणामुळे शोभानी आणि मी एकमेकांना पत्रं पाठवायला सुरुवात केली.

पुढे मी अमेरिकेत गेलो तरी शोभाची आणि माझी पत्रमैत्री चालूच राहिली. माझ्या पत्रातून व्यक्त होणारे माझे विचार शोभाला आवडायला लागलेयत याची मला कल्पना नव्हती. हळूहळू त्या पत्रांचं स्वरूप प्रेमपत्रांकडे झुकायला लागलं. मी सर्वसाधारण भारतीय मुलग्यांप्रमाणे स्त्रियांकडे बघण्याच्या चुकीच्या दृष्टीनीच या सगळ्याकडे बघत असल्यामुळे स्पष्ट हो म्हणत नव्हतो. माझं काही शोभावर

प्रेम बसलेलं नव्हतं. शोभा मात्र त्यावेळच्या सर्वसाधारण तरुण सुसंस्कृत मुलींसारखी होती. सरळ आणि ‘रोमँटिक’. तिचं प्रेमाच्या कल्पनेवर प्रेम होतं. मी खरा कसा आहे हे तिला कुठे माहीत होतं? मी तिला पत्रातून लिहिलं की, आत्ता काही निर्णय घेता येणार नाही. जेव्हा मी भारतात परत येईन तेव्हा प्रत्यक्ष भेटून निर्णय घेऊ. शोभाला हे अनिर्णित प्रकरण मान्य नव्हतं.

अमेरिकेत मी आणखी एका वयानी मोठ्या विवाहित मित्राबरोबर एका फ्लॅटमधे फिलाडेल्फियात राहात होतो. त्यानी मला दोन महत्त्वाच्या गोष्टी सांगितल्या.

एक म्हणजे पूर्ण मनाजोगा जोडीदार असूच शकत नाही. दुसरं म्हणजे शोभाला मी आवडलो आहे असं ती आपणहून पुढाकार घेऊन म्हणतेय् ही चांगली गोष्ट आहे. त्यामुळे त्याच्या मते मी शोभाला होकार कळवून टाकावा.

शोभा तेव्हा ठाण्याला राहात होती. तिच्या इंग्लंडमधल्या मोठ्या भावाचा आणि तिचा स्वतंत्र पत्रव्यवहार चालूच होता. त्याचं शोभाला सांगणं होतं, ‘अनिलचा आणि तुझा स्वभाव जुळतो असं मला वाटत नाही.’ त्याच्या मते मी विक्षिप्त मुलगा होतो. मी आणि तो इंग्लंडमधे एकत्र राहात असताना भारतातल्या सामाजिक परिस्थितीसंबंधी माझी मतं त्यानी ऐकलेली होती. त्याच्या मताप्रमाणे त्यांचं कुटुंब परंपरावादी होतं आणि मी तर थेट नास्तिक, कर्मकांडविरोधी, रुढीविरोधी होतो. त्याच्या दृष्टिकोनातून त्यानी शोभाला माझ्याबद्दलचं कळवलेलं मत समजण्याजोगं होतं. तरीही शोभा ठाम होती. शेवटी 1970 च्या मे मधे शोभा फिलाडेल्फियाला आली आणि आम्ही नोंदणी पद्धतीनी लग्न करून संसाराला लागलो.

गेल्या 45 वर्षांत शोभाला आणि मला ओळखणाऱ्या सगळ्यांना आम्ही एक चांगली भट्टी जमलेलं जोडपं वाटतो. सध्या आमचं एकमेकांशी अतिशय छान जुळलेलं दिसतं हे खरं आहे, पण लग्नानंतरचा सगळा काळ असा नव्हता. आमच्यात देखील विसंवाद होते. दोन माणसांनी लग्न केल्यावर दोन माणसांच्या व्यक्तिमत्त्वांच्या प्रकारांचा, वागणुकीच्या, विचारांच्या पद्धतीचा मध्य काढावाच लागतो, हे मी सध्या गेली 18 वर्षं जीवनसाथमधे सांगतोय. त्यामुळे सगळ्या मुलाखतींचा मतितार्थ होता की आम्ही आमच्यामधला मध्य कसा शोधला ते सांगणं.

आमच्या आधीच्या पिढीत नवराबायकोच्या वयात, शिक्षणात खूप फरक

असल्यामुळे कदाचित त्यांची भांडणं होतच नसतील किंवा अगदी कमी होत असतील. पण एक नक्की. शोभानी तिच्या आईवडलांना कधी भांडताना बघितलेलं नव्हतं आणि मीही माझ्या आईवडलांच्यात रुसवा, अबोला, वादावादी कधी बघितलेली नव्हती. त्यांची आर्थिक परिस्थितीही बेताची होती आणि त्यांच्या राहाण्याच्या जागा पण छोट्या होत्या. शिवाय पाहुणे, नातेवाईक यांचं येणं-जाणं खूप असायचं. भांडण्याचा विचार मनात आला तरी ते त्यांना जमत नसावं.

लग्नापूर्वी शोभाचे वर्गातले काही पुरुषमित्र होते पण ती कुठल्याही प्रेमप्रकरणात गुंतलेली नव्हती. माझं मात्र तसं नव्हतं. मी शाळेत असताना एका मुलीवर माझं प्रेम होतं. त्यानंतर कॉलेजमधे असतानाही दुसऱ्या एका मुलीवर एकतर्फी प्रेम होतं. जिथे मी राहायचो तिथे एक मुलगी आणि मी खूप मैत्रीपूर्ण वातावरणात होतो. प्रेमप्रकरणापर्यंत मात्र आम्ही पोहोचलो नाही.

कॉलेज संपवून नोकरीला लागल्यावर मात्र एका मुलीवर माझं प्रेम होतं. तिचंही माझ्यावर होतं. आमच्या दोघांच्यात हे बोलणं, तसा पत्रव्यवहार झाला होता आणि आम्ही लग्न करायचं ठरवलंही होतं. तिच्या वडलांचा कडक विरोध होता. तिचं बहुधा वडिलांच्या विरोधात जाऊन माझ्याशी लग्न करण्याएवढं माझ्यावर प्रेम नसावं. सारांशात शेवटी माझा प्रेमभंगच झाला.

इंग्लंडहून अमेरिकेत दाखल होण्यापूर्वी मी एका युरोपच्या टूरवर गेलो होतो. त्या टूरमधे मला एक न्यूझीलंडची मुलगी खूप आवडली. तिलाही मी आवडलो. तीन आठवड्यांच्या काळात आम्ही दिवसभर एकत्र असायचो. ट्रिप संपल्यानंतर मी अमेरिकेत जाणार होतो आणि ती कॅनडात जाणार होती. एकमेकांना पुढेही भेटणं, अधिक मैत्री करता येईल असं आमचं बोलणं झालं. कदाचित 'सीरियस स्टेडी रिलेशनशिप'सुद्धा शक्य आहे असं आम्ही बोललो. माहिती म्हणून सांगतो, इंग्लंड, यू.एस.ए, कॅनडा वगैरे देशांच्यात एकदम लग्नाचं बोलत नाहीत. त्याआधी स्टेडीची पायरी असते. मी फिलाडेल्फियात आणि ती टोरँटोमधे असा आमचा पत्रव्यवहारही झाला. फोन फार महाग होता त्यामुळे आम्ही पत्रंच पाठवायचो. तिच्या पत्रांत मला हळूहळू लग्नाकडे होणारा कल जाणवत होता, पण मनात मात्र खूप शंका होत्या. गोऱ्या कॉकेशियन मड्डमशी लग्न करण्याच्या कल्पनेचं आकर्षण वाटत होतं, पण सांस्कृतिक फरकाची खूप चिंता वाटत होती. काही काळ विचार करून मी तिच्या पत्रांना उत्तरं पाठवणं बंद केलं आणि तिथेच ते अर्धप्रेमप्रकरण संपलं.

ही पार्श्वभूमी सांगण्याचं खास कारण आहे. शोभाला मी स्पष्ट होकार द्यायला तयार नव्हतो याचं स्पष्ट कारण मला माहीत होतं आणि मी ते माझ्याबरोबर राहणाऱ्या मित्राशी बोललो होतो.

शोभाचे काळे-पांढरे फोटो मी पाहिले होते. माझेही तिला पाठवले होते. त्या वेळेला रंगीत फोटो काढण्याची पद्धत नव्हती कारण ते खूप महाग असायचे. तिचा चेहरा सुबक होता याबद्दल मला आनंद होता, पण तिचा रंग कसा ह्याबद्दल मनात प्रश्न होता. आत्तापर्यंतच्या मला आवडलेल्या सगळ्या मुली गोऱ्या होत्या आणि गोरा रंगच माझ्या मनात पक्का बसलेला होता. गेल्या 35 वर्षांत बांधकामाच्या साइट्सवर जाऊन मी रापलो आहे, पण 45 वर्षांपूर्वी मी सरळसरळ गोरा होतो. शोभाचा पत्रव्यवहारातून कळणारा स्वभाव, बुद्धिमत्ता, प्रतिभा, संस्कार सगळं आवडण्याजोगं होतं, पण माझ्या मानगुटीवर गोरेपणाचं भूत बसलेलं होतं त्यामुळे मला प्रश्न पडलेला होता.

माझ्या मित्रानी मला सांगितलं की शोभाच्या मोठ्या भावापेक्षा शोभा उजळ असेल. कारण बहुतेक वेळा भावांपेक्षा बहिणी जरा कमी रापतात. हे कोडं सोडवण्याचा खात्रीशीर मार्ग नव्हता कारण त्वचेचा रंग कुठल्याही प्रकारच्या फोटोत खरा कळत नाही, तो प्रत्यक्ष डोळ्यांनीच बघावा लागतो. मी पत्रातून शोभाला स्पष्ट कळवू शकलो असतो की, यासाठी मी प्रत्यक्ष गाठ होईपर्यंत होकार देऊ शकत नाही, पण तसा धीर झाला नाही. त्या काळात माझ्या आईनी मला पत्रानी कळवलं की, शोभा आपल्या कुटुंबासारखी गोरी नाही हे तुला माहिती आहे ना? शोभालाही मी खुबीनी विचारलेली शंका कळली असावी. तिनी पुढच्या पत्रात एक स्वतःचा फोटो पाठवला आणि लिहिलं, 'या फोटोत दिसते तेवढी मी गोरी नाही.' मला काहीतरी निर्णय घ्यायलाच लागणार होता. त्या निर्णयासाठी भारतात चक्कर पैशानी परवडणारी नव्हती. शेवटी मी होकार कळवला.

ठरलेल्या दिवशी शोभा विमानानी न्यूयॉर्क विमानतळावर पोहोचली. मी काचेच्या गॅलरीतून तिला बघितलं. तिच्या रंगाबद्दलचा प्रश्न तसाच मनात घोंगावत होता. माझ्या मनातल्या कल्पनेपेक्षा ती जास्त सावळी होती. मला धक्का बसला होता. मी त्या धक्क्यातून सावरण्यासाठी टॉयलेटमधे जाऊन विचार करत बसलो. भारतातल्या ठाण्याच्या वातावरणात ती तात्पुरती रापली असेल, अमेरिकेत एअरकंडिशन्ड वातावरणात राहून ती थोडी उजळेल अशी स्वतःची समजूत

घातली आणि अंदाजे 15-20 मिनिटांनी तिला जाऊन भेटलो आणि आम्ही घरी आलो.

अर्थातच शोभाला यातली एकही गोष्ट मी सांगितली नाही. ते शक्य नव्हतं आणि योग्यही नव्हतं. शोभाच्या मनावर काय परिणाम झाला असता, सांगताच येत नव्हतं. शोभाला त्या वेळची विमानतळावरची माझी परिस्थिती सांगायला मला त्यानंतर साधारण 30 वर्षं लागली. शोभानी एक गोष्ट मला सांगितली नव्हती, ती देखील साधारणपणी लग्नानंतर 30 वर्षांनी सांगितली. मी घाऱ्या डोळ्यांचा आहे हे शोभाला पत्रातून माहिती होतं, पण पहिल्यांदा भेट झाली तेव्हा माझे चष्म्याच्या अनेक वर्षांच्या वापरामुळे खोल गेलेले हिरव्या रंगाचे डोळे तिला आवडले नव्हते.

शोभा भिडस्त स्वभावाची असल्यामुळे ती तिची अडचण आपणहून सांगायची नाही. मी तिच्या अडचणीबद्दल स्वतःहून विषय काढला तर ती तसा उल्लेख करायची. माझ्या अनेक गोष्टी लक्षात यायच्या नाहीत. मुळात सगळे भारतीय पुरुष स्त्रियांच्या तुलनेत कमी संवेदनशील असतात तसा मी होतो. शिवाय माझ्यावर कोकणस्थ ब्राह्मणी संस्कार होते. आमच्यामधल्या काही विसंवादाचं मूळ तरी याच्यात होतं असं मला वाटतं.

त्यापुढे आमचा नैसर्गिकपणी चालावा तसा संसार चालू झाला. मी मनातून नाखूष होतो, पण तसं मी शोभाला कधी जाणवू दिलं नाही. मी शोभाला मधून मधून सारखा सांगत राहिलो की तिनी तिच्या चेहऱ्याकडे, नीटनेटकेपणाकडे सतत लक्ष दिलं पाहिजे. माझं खरोखरचं पहिल्यापासूनचं मत असं आहे की आपला स्वतःचा चेहरा नीट न ठेवणं ही हिंसा आहे. त्याशिवाय शोभाच्या रंगाबद्दलची माझी नाराजी. या दोन्ही गोष्टींमुळे मी उदास असायचो. त्यात माझी उदासीनता कोणाला दिसता कामा नये याचा ताण होता. यू.एस.ए.मधे मी नोकरी करत होतो त्यामुळे स्वतःच्या व्यवसायाचा ताण असतो तो मात्र मला नव्हता.

शोभाची परिस्थिती आणि मानसिकता मात्र निराळ्याच अवस्थेत होती. शोभा दिसायला चांगली होती. सर्वसामान्य सरासरी भारतीय सावळेच असतात. अगदी थोडेच लोक गोरे असतात. त्यातलेही काही गोरे असतात पण बेढब चेहऱ्याचे असतात. त्यामुळे खऱ्या अर्थानी आकर्षक नसतात. हा सगळा एकत्रित विचार केला तर तिच्या आसपासच्या, शाळेतल्या, वर्गातल्या अनेक मुलींमधे शोभा उठून दिसण्याजोगी आणि आकर्षकच होती. त्यात ती तीन भावांनंतर

झालेली एकुलती एक लाडकी बहीण होती. आईवडिलांचीही लाडकी होती. मित्रमैत्रिणींच्यात लोकप्रिय होती, शाळेत हुशार विद्यार्थिनी म्हणून प्रसिद्ध होती, वक्तृत्वात पुढे होती. या सगळ्यामुळे शोभाला फक्त कौतुक करून घेण्याचीच सवय होती. तिच्या ज्या गोष्टी मला पटत नव्हत्या त्या मी तिला सांगितल्या की तिला वाईट वाटायचं आणि आश्चर्यही वाटायचं. मतभेद व्यक्त करणं म्हणजे तिला भांडण वाटायचं. त्याचबरोबर माझ्यावरच्या ताणांमुळे मीही चुकीच्या सुरात आणि शब्दांत बोललो असण्याची शक्यता आहे.

एवढ्या वर्षांनंतर मी 'खरं आणि स्पष्ट कसं बोलायचं आणि तेही दुसऱ्याला न दुखावता कसं सांगायचं,' हे जीवनसाथमधे शिकवतो. त्या काळात मी व्यवस्थापनशास्त्र शिकलेलो होतो, पण त्याला मानसशास्त्राची आणि तत्त्वज्ञानाची जोड नव्हती. व्यवस्थापनशास्त्रही फक्त बांधकाम व्यवसायापुरतं मर्यादित होतं. त्यामुळे माझं बोलायला चुकलंच असणार.

नीट अभ्यासपूर्वक केलेल्या विचारानंतर मला आता वाटतं की शोभा आणि मी ही दोन बुद्धिमान, प्रतिभावंत, सुशिक्षित, सुसंस्कारित नवरा-बायको होतो. अशा कुठच्याही नवरा-बायकोचे काहीतरी तत्त्वाग्रह असणारच. लोक आग्रही माणसाला हट्टी समजतात ते योग्य नाही. आमचे दोघांचे काहीतरी आग्रह असणंच स्वाभाविक आणि त्यामुळे अपेक्षित होतं. या विचाराबद्दलची समज वाढली की, खूपशी कोडी उलगडतात आणि उपाय सापडतात.

मी अतिशय मजबूत शरीरयष्टीचा होतो. फिलाडेल्फियात मी जिममधे जात नसलो तरी पूर्वी मी 'बॉडी बिल्डर' होतो. जिममधे रोज व्यायाम करून, कुस्त्या खेळून, पोहून शरीर कमावलेलं होतं. माझा चेहरा मला पसंत नसला तरी माझ्या परीनी मी तिच्यासमोर कटाक्षानी चेहरा नीटनेटका ठेवायचो. चेहरा धुणं, किंचित पावडरचा हात फिरवणं हे सगळं करायचो.

शोभाला माझ्या या गुणांचं काही महत्त्व नाही हे मला कळलं. मुळात कोणाच्याच दिसण्याचं तिला काही महत्त्व नाही हे लक्षात आल्यामुळे माझा पूर्ण विरस झाला होता. या सगळ्याबद्दलच्या प्रतिक्रियेमुळे कदाचित माझा शोभानी चेहरा सतत नीटनेटका ठेवला पाहिजे याबद्दल टोकाचा आग्रह असावा. माझ्या हट्टी आग्रहाला प्रतिक्रिया म्हणून बहुधा शोभानी टोकाची विरोधी भूमिका घेतली असेल. एकूण सारांशात सगळं चुकीचंच होत गेलं.

आता माझ्या असं लक्षात येतं की, लहानपणापासून साधी रहाणी उच्च

विचारसरणी ही शिकवण तिला मिळालेली होती. त्यात लग्न झाल्यावर जोडीदाराची आपल्याकडे पाहण्याची दृष्टी वेगळी असते. त्याच्याइतकं जवळून इतर कोणीच आपल्याला पाहात नाही याचा विचार नव्हता. माझ्या भावना तीव्रपणे व्यक्त करण्याचा माझा स्वभाव होता त्यामुळे माझ्या नजरेत नुसती नाराजी, उदासी नसून तिरस्कार असायचा. मी बराच वेळ तोंड वाकडं करून वावरायचो ते तिला पसंत नसायचं. मी जर नेमका प्रश्न बोलू शकलो असतो तर तिनी तेवढा बदल केलाही असता, पण मी नीट बोललो-वागलो नाही हे खरंच होतं.

त्याचबरोबर मला शोभाची एक वाईट खोड कळली होती. शोभा स्वतःची चूक कधीही मान्य करत नाही. त्या फिलाडेल्फियामधे असल्याच्या काळात तिला ते माझं म्हणणं मान्यच नव्हतं. नंतरदेखील दोन-तीनदा मी हा विषय काढला तेव्हा तिचं म्हणणं होतं की ती चूक करतच नाही त्यामुळे ती कबूल करण्याचा प्रश्नच येत नाही.

शोभाच्या बाजूनी तो विचार असा होता की तो त्या त्या माणसानी ठरवलेल्या स्वतःच्या प्रतिमेचा प्रश्न आहे. ही स्वप्रतिमा डागाळू नये म्हणून अगदी लहानपणापासून काही मुलं जागरूक असतात. अशी मुलं बहुतेक वेळा चुका करतही नाहीत आणि त्यांना इतर कोणी बोललेलंही चालत नाही. हे मानसशास्त्रीय सत्य आम्हाला दोघांनाही माहिती नव्हतं.

मुळात हातून चूक होत नाही असा माणूसच नसतो. त्यामुळे मला तिचं म्हणणं पटणं शक्यच नव्हतं. पण आमच्या दोघांच्या नात्याची सुरुवात चुकीच्या पायावर झाल्यामुळे घोटाळा झाला होता.

शोभाच्या वागण्यातल्या चुका मला माहिती असतात पण मुद्दा खोडून काढण्यात मला रस नसतो.

एवढ्या वर्षांनी देखील शोभाची ही खोड गेलेली नाही. मुळात माझ्या तुलनेत ती चुका कमी करते ही गोष्ट खरी आहे. हे आमच्यातल्या विसंवादाचं कारण न बनण्याचं कारण मात्र निराळं आहे. मी चक्क दुर्लक्ष करून गप्प बसतो. या विषयाला उंच फळीवर टाकतो.

तेव्हा आमच्यात कुठलेही वाद झाले तर 'तिसऱ्या माणसाशी बोलून बघूया,' असं शोभा म्हणत असे. पुढे एक-दोन समुपदेशकांकडे गेल्यावर त्यांनी तिची बाजू घेतली हे मला पटलं नाही. मला असं वाटलं की समुपदेशकानी मध्य काढण्यासाठी दोघांचीही बाजू घेतली पाहिजे. त्यामुळे मला त्या समुपदेशनाचा

काहीही उपयोग झाला नाही.

फिलाडेल्फियातली काही वर्षं या एका माझ्या मनातल्या नाराजीव्यतिरिक्त ठीक गेली. तसं बघितलं तर सगळं छान होतं, पण चेहरा सतत नीट ठेवणं ही गोष्ट शोभाला कधीच पटली नाही, कळली नाही, साहजिकच तिनी अमलात आणली नाही.

आमच्या संसारातला एवढा दुखरा भाग सोडला तर सगळं छान होतं. दोघांच्या नोकऱ्या, तब्येती, सहली उत्तम चालल्या होत्या. लैंगिक संबंध समाधानकारक होते आणि तरी आम्हाला दोघांना अमेरिकेतच कायम राहाण्यात रस नव्हता. आमच्या दोघांच्याही आवडीचा एक विषय आम्ही नेहमी बोलायचो. भारतीयांचं सरासरी आयुष्य आहे तसं मला योग्य वाटत नव्हतं. मी त्यात बदल घडवू शकीन असं माझ्या मनात होतं. आमच्या पत्रव्यवहारात देखील मी अशा विषयांबद्दलच्या माझ्या कच्च्या कल्पना, आराखडे शोभाजवळ मांडायचो. शेवटी आमचा निर्णय पक्का झाला. स्वतःच्या गाडीनी अमेरिका, कॅनडा, इंग्लंड आणि युरोप असा मोठ्ठा प्रवास करून भारतात परतायचं असा निर्णय झाला.

मधल्या काही वर्षांत शोभाच्या बाजूनी वागणुकीत काहीच चुका झालेल्या नव्हत्या. मी कधीकधी असंवेदनशीलपणी वागायचो. त्यामुळे माझा दुखरा कोपरा सोडला तर आम्हाला एकमेकांचे पूर्वी माहीत नसलेले अनेक गुण कळत गेले. सगळे गुण आवडत गेले, एकमेकांविषयी आदर, आपुलकी, मैत्री जास्तजास्त वाढत गेली. प्रवासाला निघण्यापूर्वी आम्ही दोघांनी वाहन चालवण्याचे इंटरनॅशनल लायसन्स काढले. ड्रायव्हिंग या विषयात मला नैसर्गिक गुणवत्ता होती हे पूर्वीपासून माहितीच होतं. शोभादेखील तशीच आहे हे लक्षात आलं. अमेरिकेतल्या माझ्या नोकरीच्या ठिकाणी मी माझी कामातली गुणवत्ता सिद्धच केली होती. शोभादेखील जिथे नोकरी करायची तिथे सगळ्यांना तिचं फार कौतुक होतं.

आमचा अमेरिका, कॅनडा, इंग्लंड, युरोप आणि उत्तर आफ्रिका असा 8 महिन्यांचा प्रवास चालू झाला. प्रवासातला थोडा काळ माझे आई-वडीलदेखील आमच्या बरोबर होते. त्यांच्याबरोबरचं तिचं वागणं खूप चांगलं होतं. एवढ्या वर्षांनी तिच्या त्या वागण्याचं वर्णन करताना असं जाणवतंय की, सासू-सासऱ्यांशी वागताना त्यांचा सन्मान राखून थोडं अंतर ठेवण्याची खुबी तेव्हाही तिला साधली होती. मोठ्या प्रवासासाठी माणसात अनेक गुण असण्याची गरज असते. शारीरिक कष्टाची तयारी, शिस्त, नियोजनाची समज, समतोल विचार,

धाडस, जिद्द सगळंच लागतं. आम्हा दोघांकडे ते गुण आहेत हे कळत गेलं आणि आम्ही एकमेकांना आवडत गेलो. माझ्या मनाची जखम मध्यम प्रमाणात भरून यायला लागली होती.

भारतात आल्याबरोबर अनेक गोष्टी एकदम सुरू झाल्या. माझा व्यवसाय, त्यातले आनंद आणि कष्ट, पैशांबद्दलची चांगली किंवा वाईट परिस्थिती, सतत व्यवसायातली चढउतारांमधली अस्थिरता. त्याच काळात मुलगा झाला. माझ्या मनात सारखा विचार असायचा तो मुलाच्या रंगाबद्दल. तो माझ्यासारखा गोरा किंवा शोभासारखा सावळा होऊ शकला असता. त्याचा जन्म झाल्याझाल्या खरं म्हणजे त्याचा रंग कळतच नव्हता. त्यानंतरही काही वर्षं तो शोभापेक्षा उजळ पण माझ्या तुलनेत सावळा वाटायचा. दोन वर्षांनी मुलगी झाली. तिच्या रंगाबद्दल मनात प्रश्न होतेच. अगदी पूर्वीसारखंच झालं. रंग ठरवताच येईना.

साधारण 10-12 वर्षांनी माझी खात्री झाली की दोघंही निमगोरी आहेत, सावळी नाहीत. दोघं तरुणवयात पोहोचली तेव्हा स्पष्टपणी कळलं की दोघांचा चेहरा शोभासारखा सुबक आहे आणि दोघांनीही माझा रंग घेतला आहे. हा तर थेट नशिबाचाच प्रश्न असतो.

अनुवंशिक गुण कसे, किती, कुठल्या पूर्वजांकडून येऊ शकतात याची शास्त्रीय निरीक्षणं आहेत, पण शक्यता सांगणं ही त्याची मर्यादा असते. मी माझ्या मनातल्या काळजीमुळे प्रत्यक्ष स्पष्ट न बोलता माहिती काढायचा प्रयत्न केला पण नशिबात काय असेल ते कळेल, तोपर्यंत वाट पाहाणं एवढाच मार्ग होता.

डोळ्यांचा रंग, त्वचेचा रंग, उंची, बारीक किंवा जाड शरीरयष्टी, चेहरेपट्टी यांपैकी काहीही म्हणजे काहीही असू शकतं. त्याशिवाय स्वभाव हा पण अनुवंशिक गुण असू शकतो हे मला नीट कळलं होतं.

परदेशातून कायम वास्तव्यासाठी भारतात आल्यावर शोभाच्या आणि माझ्या संसारात आणखीन दोन नवीन प्रश्न दिसत होते. शोभाचे वडील हयात नव्हते आणि आईला जगात वावरण्याची काहीच माहिती नव्हती, सवय नव्हती. एका बाजूला सचोटीनी बांधकाम व्यवसायातल्या चुकीच्या गोष्टी बदलण्याची माझी धडपड चालू होती. दुसरीकडे सामाजिक प्रथांविरुद्ध प्रबोधनाचं कामही चालू होतं. खरं म्हणजे या माझ्या सामाजिक प्रबोधनाच्या योजनेत शोभाही सामील असणं अपेक्षित होतं. तिथे शोभा तिच्या आईच्या सांगण्यावरून काही

चुकीच्या गोष्टी करायची. आईचं मन सांभाळण्यापायी माझं मन दुखावलं जात होतं. शोभानी एखादी पारंपरिक रुढी पाळली की मला कमीपणा वाटायचा. मी दुखावला जायचो आणि शोभाच्यात आणि माझ्यात वादावादी व्हायची.

एखाद्या व्यक्तीच्या एखाद्या गुणामुळे शोभा भारावून गेली की त्या प्रभावाखाली शोभा नशेत वावरल्यासारखी वागायची. नवरा, मुलं, कुटुंब, घराच्या जबाबदाऱ्या सगळ्याकडे दुर्लक्ष करायची. ती कधीच कोणाला वाईटसाईट बोलत नाही त्यामुळे इतरांना तिचा हा पैलू कळणं शक्यच नाही. मी तिला जेव्हा हे सांगायचा प्रयत्न केला तेव्हा तिला ते पटलं नाही. आमच्यातल्या सौम्य विसंवादाचं मात्र हे कारण असायचं.

एकूण सारांशात बघितलं तर शोभामधे अनेक गुण होते. थंड डोक्यानी विचार करण्याची क्षमता होती. बुद्धिमत्ता, भाषेचं, लिखाणाचं अंग, गणिती हिशेबाची समज, व्यवस्थापनाची समज, वैचारिक प्रगल्भता सगळंच होतं. त्याखेरीज ती माझ्याशी, मुलांशी वागायला अतिशय सरळ आणि प्रामाणिक होती. आमच्या कुटुंबासाठी सामाजिक कार्याची योग्य दिशा शोधण्याच्या प्रयत्नात ती माझ्या बरोबरीनी भाग घ्यायची. माझ्या व्यवसायातले चढउतार चालूच होते. उतारच जास्त असल्यामुळे मी नाखूष होतो, पण माझ्या मेहनत, बुद्धी, शिस्त, जिद्द या गुणांमुळे मी त्यातून मार्ग काढीन याबद्दल शोभाला आणि मला दोघांना खात्री होती.

शोभाबद्दल माझी जुनी तक्रार तशीच होती. तिनी माझ्यासमोर असताना कायम चेहरा नीटनेटका ठेवण्याची काळजी घ्यावी अशी माझी इच्छा होती. ते काही तिला जमत नव्हतं. शिवाय तिचं वय पण काही वर्षांनी वाढलं. रात्री बिछान्यावर पडल्यावर प्रेम करण्याऐवजी ती झोपून जायची. त्याविषयीही माझी चिडचिड व्हायची. शोभाच्या दृष्टीनी दिसण्याला एवढं महत्त्व नव्हतं आणि माझ्या दृष्टिकोनातून होतं. रात्री झोपून जाणं हा तर मला अपमानच वाटायचा. हे दोन प्रश्न मला फारच त्रास द्यायला लागले. त्यामुळे मी शोभाला सांगितलं की, याबाबतीत आपलं एकमत झालं नाही तर आपल्याला एकत्र राहाणं जमणार नाही. मी पुण्याच्या फॅमिली कोर्टातून घटस्फोटाचा फॉर्मदेखील आणला. तो भरण्या-आधी समुपदेशनाचा प्रयत्न करावा अशी चर्चा झाली. एकूण 3 निरनिराळ्या समुपदेशकांना आम्ही भेटलो. उपयोग झाला नाही पण एका समुपदेशनात एक महत्त्वाचा सल्ला मिळाला.

या बाबतीत जरा सविस्तर सांगायला हवं. मला तेव्हा माहीत नव्हतं पण माझ्याच मानसिक घडणीमुळे मला असुंदरतेचा फार राग होता. नीटनेटकेपणा, सुबकपणा याबद्दल घरात, कामाच्या ठिकाणी माझे आग्रह असायचे, पण मी न पटणाऱ्या अनेक गोष्टी सहनदेखील करायचो. कामाच्या ठिकाणी मी नोकरी करत होतो त्यामुळे त्याबद्दल काही म्हणू शकायचो नाही. घरी मी आई-वडलांवर अवलंबून होतो आणि त्यांच्याकडे राहायचो. त्यामुळे काही गोष्टी मान्य करायचो. खरं म्हणजे माझं म्हणणं असं असायचं की, माणसानी काहीही केलं तरी ते सुबक हवं. झोपलेल्या अवस्थेमधली व्यक्तीही माझ्या नजरेला कधीही सुंदर वगैरे दिसायची नाही. झोपलेलं लहान मूल गोड दिसतं वगैरे मला मान्य आहे, पण ॲडल्ट माणसाला ते माझ्या मते लागू नाही.

लग्न केल्यानंतरचा संसार हा माझा संसार होता. माझ्या मताची अंमलबजावणी करणं मला महत्त्वाचं वाटत असावं. प्रत्येक गोष्ट सुबक आणि नीटनेटकी यामधे वस्तू आल्या तसा व्यक्तींचाही समावेश झाला.

एखाद्याला जशी एखाद्या खाद्यपदार्थाची ॲलर्जी असते, काहींना उंचावरून खाली बघण्याची भीती वाटते, काही लोकांना पाण्याची भीती बसते, काही जणांना रक्त बघितलं की चक्कर येते, काहींना धुळीची, काहींना उन्हाची, काहींना वाहनात विरुद्ध दिशेला बसण्याची जशी ॲलर्जी असते, तशी मला असुंदरतेची ॲलर्जी होती.

मला माझ्या स्वतःचा चेहरा नीटनेटका लागायचाच, त्याचबरोबर शोभाचाही चेहरा मला कायम नीटनेटका हवा असायचा.

प्रत्यक्षात माणसाला ही अपेक्षा पूर्ण करणं शक्य नाही हे माझ्या बुद्धीला पटलेलं होतं. याबद्दलचा टोकाचा आग्रह हा आग्रह न राहता दुराग्रह, विकारच म्हणायला हवा हे मला तेव्हाही कळत होतं.

यामधे शोभाची बाजू होती, पण ती मला समजत नव्हती. कित्येक वेळा काय सांगितलं यापेक्षा कसं सांगितलं याला जास्त महत्त्व असतं. दिवसभराच्या माझ्या वागण्यातून, चेहेऱ्यावरून माझी नाराजी, वैताग जर सारखा दिसत असला तर सहवासाचं आकर्षण कसं वाटेल?

शिवाय एक मुद्दा तेव्हा माझ्या कधीच लक्षात आला नाही. शोभा दोन मुलांचं सगळं करायची, घर ही तिचीच जबाबदारी होती, ती नोकरी करत होती, लेखनही चालू होतं. व्यवसायातल्या आर्थिक उतारांमुळे पैशांचे ताणही असत.

या सगळ्यात तिला स्वतःसाठी वेळच मिळायचा नाही.

शोभा आणि मी, आम्हा दोघांच्यातही बुद्धिमत्ता, अभ्यासू वृत्ती, शिक्षण, जगात वावरण्याचा अनुभव सगळं होतं. आमच्या दोघांच्यात काही विसंवादाचे विषय असावेत हे आमच्याच बुद्धीला पटत नव्हतं. एका अर्थानी तो आमचा अपमानच होता. पण तेव्हा मात्र मी काय म्हणत होतो ते तिला पटत नव्हतं आणि तिचं म्हणणं मला पटत नव्हतं.

त्या समुपदेशकानी सांगितलं की, आमची दोघांची हा विषय खोलात जाऊन शिकण्याची क्षमता आहे. त्यामुळे आम्ही स्वतः अभ्यास केला तर ते योग्य होईल.

त्यांनी सांगितल्याप्रमाणे मी काही प्रमाणात वाचन केलं, पण माझा त्रास कमी झाला नाही. नाराजी व्यक्त करण्याच्या पद्धतीत थोडा फरक पडला, पण शोभाला माझ्यामुळे जो त्रास व्हायचा तो झालाच.

ही कल्पना आम्हाला पटली होती. त्याच काळात माझ्या धंद्यातले पैशाचे गंभीर प्रश्न सोडवण्यासाठी मला आखाती देशांच्यात जाऊन काम करावं लागलं. ते प्रश्न मिटल्यासरशी मी भारतात परत आलो आणि आल्याबरोबर 'जीवनसाथ' विवाह अभ्यासमंडळ चालू केलं. मुलगा शोनील आणि मुलगी आभा दोघंही लग्नाच्या वयाचे होते. त्यांची मित्रमंडळी आणि त्यांचे पालक नियमित एकत्र जमायला लागले आणि जीवनसाथ सुरू झालं.

तेव्हाच माझा आणि शोभाचा विवाह-अभ्यास खऱ्या अर्थानी सुरू झाला. शोनील, आभा, मंडळात येणारी मुलं-मुली यांचा फायदा झालाच पण माझा सर्वांत जास्त फायदा झाला. विवाहाच्या संदर्भातलं वाचन सुरू झालं. मानसशास्त्राचा अभ्यास चालू झाला. तत्त्वज्ञानाची गोडी लागली. अमेरिकेत मी पूर्वी केलेल्या कन्स्ट्रक्शन मॅनेजमेंटच्या कोर्समुळे व्यवस्थापनशास्त्र मी आधीच शिकलेलो होतो. त्यापुढचा निर्णय म्हणजे मी विवाह-अभ्यास विषयात शिस्तशीरपणे डॉक्टरेटच करायची ठरवली आणि त्याचा अभ्यास चालू केला. जसा अभ्यास करत गेलो तशा काही गोष्टी स्पष्ट होत गेल्या.

1) न्यूयॉर्क विमानतळावर प्रथम शोभाला बघून मला बसलेला धक्का हा केवळ भावनिक धक्का होता. माझ्या आधीच्या मैत्रिणी गोऱ्या होत्या. त्यामुळे मी उगीचच्या उगीच त्या तुलनेत गुंतलो होतो. प्रत्यक्षात शोभा तेव्हाही आकर्षकच होती. खरं म्हणजे अजूनही आहे. त्या भावनेच्या प्रभावातून बाहेर येऊन मी

स्पष्ट विचाराच्या वाटेनी जाऊ शकलो असतो, तर हा प्रश्नच आला नसता.

2) स्पष्ट विचार केला तर एवढ्या गोष्टी एकदम सरळ आहेत.

- भारत हा बहुतेक करून सावळ्या लोकांचाच देश आहे. भारतात वर्णानी खूप काळे असलेले लोक सावळ्यांपेक्षा कमी प्रमाणात आहेत.
- लख्ख गोरे आणि गहूवर्णाचे लोक त्याहूनही अगदी कमी आहेत.
- मी स्वतः साधारणपणी गोरा असलो तरी लख्ख गोरा नाही.
- दिसायला चांगल्या, गोऱ्या, बुद्धिमान आणि स्वभावानी चांगल्या अशा मुली महाराष्ट्रात तरी 10 लाखांत एक एवढ्याच संख्येनी आहेत. त्या 10 लाखांतली एक खास मुलगी नेमकी स्वतःच्याच वाट्याला येईल असं मानणं चूक आहे.
- अशी मुलगी माझ्या वाट्याला आली असती तरीही मला असं वाटलं असतं की तिच्या तुलनेत मी काहीतरीच दिसतो. खरोखरच माझा चेहरा मला आवडत नाही. मला बहुतेक त्याचा त्रासच झाला असता.

या स्पष्ट विचारांमुळे मूळच्या भावनिक धक्क्यातून मी काही प्रमाणात तरी सावरलो खरा. त्याखेरीज वाचनामुळे काही गोष्टी आणखीन स्पष्ट झाल्या. भारताच्या एवढ्या पुराणवाङ्मयात जिकडेतिकडे उल्लेख असलेले राम आणि कृष्ण हे दोन अजरामर पुरुष कसे सावळे आणि सुंदर होते याची असंख्य वर्णनं आपल्या ओळखीची आहेत.

ज्यांना आपण 'गोरे' म्हणतो ते हजारो ब्रिटिश आणि अमेरिकन लोक माझ्या बघण्यात आहेत. त्यांच्यात देखील गोऱ्या कातडीचे असले तरी खरोखर आकर्षक चेहऱ्याचे लोक अगदी कमी असतात.

नीट आठवून बघितलं तर मला स्वतःला आवडलेल्या मुली, स्त्रिया यांच्यापैकी जास्त प्रमाण सावळ्यांचंच होतं.

या सगळ्या विचार-भावनेच्या तोलाच्या प्रवासात क्वचित असं व्हायचं की अगदी सामान्य रूपाच्या नवऱ्याची सुंदर बायको दृष्टीला पडायची. क्षणभर पूर्वीचा धक्का आठवायचा आणि वाईट वाटायचं, पण ते वाईट वाटणं टिकायचं नाही.

या अवस्थेत असताना माझ्या धंद्यात बरेच पैशाचे प्रश्न निर्माण झाले. मी अतिशय निराश झालो होतो. अशा अवस्थेतल्या नवऱ्यांच्या बायका नवऱ्याला

मदत करण्याऐवजी दूषणं देणाऱ्याही खूप बघितल्या आहेत. शोभानी असं तर काही केलं नाहीच, पण माझ्या धंद्यातल्या प्रत्येक अडचणीच्या वेळी मला भावनिक, वैचारिक आधार दिला. सगळ्या अंगांनी तिनी मदत केली. त्या अनुभवामुळे आमची जवळीक आणखी वाढली आणि माझी दुखरी जखम कमी दुखायला लागली.

याखेरीज एक गोष्ट आहे. शोभानी गरवारे बालभवन ज्या प्रकारे उभं केलं आहे ते बघून थक्क व्हायला होतं. व्यवस्थापनामधलं अधिकृत शिक्षण नसताना तिनी तिचं व्यवस्थापकीय कौशल्य, आणि कर्तृत्व बालभवनच्या कामात दाखवलं आहे. थंड डोक्यानी, शांतपणी प्रश्नांची उकल कशी करता येते हे तिनी स्वतःच्या उदाहरणानी दाखवूनच दिलंय.

तरी देखील मधूनच काहीतरी घडायचं नि माझ्या मनात खळबळ व्हायची. 2010 साली आम्ही दोघं शोनील आणि त्याची बायको अनास्तेसिया यांच्याबरोबर ग्रीसमधे गेलो होतो. शोनील आणि अनास्तेसिया तिथल्या समुद्रात डुंबायला गेले. ऊन बऱ्यापैकी होतं. शोभानी आणि मीही जावं असं ठरलं. मी 10-15 मिनिटं समुद्रात उतरून बघितलं पण ते ऊन बघून मला त्वचा रापून काळी पडण्याची चिंता वाटायला लागली. समुद्राच्या पाण्यात डुंबण्याची मजा मला समजते, पण ह्या चिंतेमुळे माझा त्याबद्दलचा दृष्टिकोनच बदलला. शोभानी समुद्रात, मुख्य म्हणजे उन्हात जाऊ नये हा माझा मुख्य हेतू बनला. शोभाला हे सगळं गेल्या अनेक वर्षांपासून माहिती असून ती माझ्या खुबीनी केलेल्या सूचनांकडे पार दुर्लक्ष करायला लागली. मी तिला शेवटी स्पष्ट शब्दांत सांगितलं की, पाश्चात्त्य गोऱ्या लोकांची गोष्ट निराळी. ते पांढरे गोरे असल्यामुळे त्यांना टॅन व्हायचं असतं. त्वचा भाजू नये म्हणून ते लोशन्स वापरतात. पण हे सगळं आपल्यासाठी नाही. स्पष्ट सांगूनही शोभानी माझं म्हणणं ऐकलं नाही. मी खूप उदास झालो. माझ्या स्वतःच्या निराशेच्या झटक्याची मला काळजी वाटायला लागली. दुसऱ्या दिवशी तोच प्रसंग समोर आला. शोभानी हट्टीपणा करून माझं ऐकलं नाही. मला खूप निराशा आली. मी तिला आणखीन एकदा शेवटचं सांगायचं म्हणून सांगितलं. त्यामुळे किंवा इतर कशामुळे तरी पण शोभा त्यानंतर उन्हात गेली नाही.

शोभाच्या दृष्टिकोनातून मुलगा-सून यांचा सहवास, त्यांच्याबरोबर ग्रीसच्या समुद्रात डुंबणं ही दुर्मिळ संधी होती. ती सोडणं हे वेडेपणाचं होतं. हे तिनी मला सांगितलं असतं तरी मी ते समजून घेतलं असतं असं तिला वाटलं नाही. माझ्या

मते तिनी तरीदेखील ते सांगणं आवश्यक होतं. ही गोष्ट 2010 सालची आहे. तेव्हापासून आत्तापर्यंत म्हणजे 5 वर्षं मी तिच्या वागणुकीबद्दलचा त्रास सोसत राहाणं मला चूक वाटतं. हे सगळं चालू असताना अनॅस्तेसिया सांगत होती की, सावळी त्वचा जास्त सुंदर समजतात. याबद्दल तिचा आणि माझा मतभेद आहे, पण तेव्हा मी काहीच बोललो नाही.

इतर अनेक जोडप्यांची अनेक भांडणं आम्हाला माहिती आहेत. आमची दोघांची पैशावरून कधी भांडणं झाली नाहीत, एकमेकांना वेडंवाकडं बोलण्यावरून नाहीत, परस्त्री-परपुरुष या विषयाबद्दल अगदी थोड्या प्रमाणात गैरसमजुती झाल्या. पण त्याचा इलाज तुलनेनी सोपा होता.

शोभाच्या एका वाईट सवयीबद्दल माझा नेहमी आक्षेप असतो. ती उलगडाच करत नाही. मी व्यवस्थापनशास्त्र पद्धतशीरपणी शिकलेलो आहे. त्यात अगदी स्पष्ट सांगितलंय की होकार का नकार यापेक्षा उलगडा जास्त महत्त्वाचा आहे. व्यवस्थापनशास्त्र न शिकलेल्या माणसालाही हे कळायला हरकत नाही की लवकरात लवकर उलगडा करायला पाहिजे, आठवणीनी करायला पाहिजे आणि स्वतः आपणहून करायला पाहिजे. नाहीतर जोडीदार दुखावला जाणार हे सरळच आहे. माझ्या दृष्टिकोनातून विचार केला तर शोभावरचे संस्कार जवळजवळ पारंपरिकच होते. पारंपरिकतेमधे लग्नाच्या जोडीदाराला दुसऱ्याचं म्हणणं न बोलता आपोआप कळावं असं धरलेलं आहे.

तिच्या दृष्टिकोनातून विचार केला तर ती कायम दुसऱ्याला सोयीचं, दुसऱ्याला बरं वाटेल असं वागण्याच्या मागे असते. त्यामुळे ती सगळ्यांना आवडते. साहजिकच लोकप्रिय असते. तिची कामांची यादी इतकी मोठी असते की तिला 'स्वतः, स्वतःचं कुटुंब - म्हणजे मी' यांच्यासाठी वेळच नसतो.

एवढ्या वर्षांनंतरही शोभा म्हणते की, माझ्यासमोर सतत चांगलं दिसायला हवं हे तिला पटत नाही. ती चेहऱ्याला ज्या पद्धतीनी पावडर लावते त्यावरून ते ती नाइलाजाने करते हे मला स्पष्ट कळतं. पावडर लावून झाल्यावर आरशात ती तपासावी लागते हे तिच्या लक्षात येत नाही. काहीही केलं नं केलं तरी स्वतः कायम चांगल्या दिसतो असं लहानपणापासून तिच्या डोक्यात गेलं आहे, ते निघणं मला शक्य दिसत नाही. तिला आरशात नीट बघता यावं म्हणून मी डोकं लढवून चेहऱ्यावर प्रकाश पडेल अशी व्यवस्था केली. ती मात्र तिच्या मूळ कल्पनांप्रमाणे तो आरशावरचा दिवा लावायचं विसरते आणि चेहऱ्याला कशीतरी

पावडर लावते.

हीच गोष्ट तिच्या दृष्टिकोनातून बघितली तर निराळी असते. मुळात तिला सतत नीट दिसायला पाहिजे हेच पटत नाही तरी ती माझ्यासाठी म्हणून चेहऱ्याला पावडर लावते असं असतं आणि त्याच्यापलीकडच्या माझ्या सगळ्या अपेक्षा तिला जुलूम वाटतात.

आम्ही दोघांनी अनेक गोष्टी शक्यतोवर एकत्र कराव्यात म्हणून मी सारखी धडपड करतो. नाश्ता, चहा, चालायला जाणं अशा छोट्या छोट्या गोष्टी. पण मला त्यांचं जेवढं महत्त्व वाटतं त्या तुलनेत शोभाला कमी वाटतं. माझ्या मनात असं अनेक वेळा येतं की, शोभाला माझी जेवढी गरज आहे त्यापेक्षा मला तिची जास्त गरज आहे. निदान तिच्या वागणुकीवरून मला तसं वाटतं.

या मुद्द्यावरून आमचं भांडण होत नाही, पण माझ्या मनात नाराजी असते. तिच्या दृष्टिकोनातून बघितलं तर मुळात तिला कशालाच अजिबात वेळ नसताना ती नाश्ता बनवते, मला स्वयंपाक येत नसल्यामुळे तिचा स्वयंपाकात वेळ जातो, घरातल्या अनेक गोष्टी मला माहीत नसल्यामुळे त्याही तिला कराव्या लागतात हेच अति झालेलं असतं.

शोभाचा इतरांविषयी काळजी करण्याचा मूळ स्वभाव हा मुळात सद्‌गुण आहे, पण त्यामुळे माझ्यासाठी तिला वेळच शिल्लक नसतो. एका घरात राहूनही तिचं तिच्या कामातून लक्ष वेधून घ्यावं लागतं. एखाद्या परक्यानी तिची भेटण्यासाठीची वेळ ठरवावी तशी अपॉइंटमेंट मागावी लागते. हे अजिबात पटण्याजोगं नाही.

शोभा अनेक वेळा म्हणते की, नवराबायकोंनी काही गाठोडी उंच फळीवर ठेवून द्यावी लागतात. या दोन्ही गोष्टी आम्ही उंच फळीवर टाकल्या.

उंच फळीवर ठेवलेल्या गोष्टी फळीवरून काढता येतात तशी 'नीटनेटका चेहरा' ही गोष्ट कधीतरी फळीवरून खाली निघते. नऊ वाजता कसलंतरी क्रीम लावायचंच आहे म्हणून ती सहा वाजता चेहऱ्याला पावडर लावणं टाळते. नको ते सगळं चालू होतं. मी चष्मा काढून ठेवतो. तिच्याकडे बघणं टाळतो. काही बोलत नाही, पण माझ्या चर्येवर ती नाराजी दिसत असणार. मी तिच्याशी बोलण्याच्या अनेक गोष्टी पुढे ढकलतो.

मी जेव्हा माझं काम करत एकटा घरी असतो तेव्हा स्वतःचा चेहरा नीटनेटका ठेवण्याकडे फार लक्ष देत नाही. पण शोभानी बालभवनमधून

निघताना मला फोन करून निघावं असं मी तिला आग्रहानं सांगतो. त्यात दोन्ही उद्देश साध्य होतात. एक म्हणजे शोभाला काही अडचण न येता ऑटोरिक्षा मिळाली की नाही याची मला काळजी असते. दुसरा हेतू म्हणजे शोभा घरी येते तेव्हा माझा चेहरा नीटनेटका हवाच याबद्दल माझा कटाक्ष असतो. ती तिथून निघाली की मी तयार होतो.

काही वेळा शोभा माझ्याकडे थेट दुर्लक्ष करते. तिच्या एखाद्या कल्पनेबद्दल माझा नकार असला तर निदान मी का नाही म्हणतोय हे समजून घेण्याचे तरी कष्ट तिनी घेतलेच पाहिजेत असं मला वाटतं. हा तिचा मूळ स्वभाव नाही. ती स्वतःहून, माझ्याकडे दुर्लक्ष करण्याचा निर्णय घेऊन तशी वागणं शक्य नाही. त्यामुळे त्याविषयी मी काहीच बोलत नाही.

व्यक्तिमत्त्वाचे प्रकार निराळे असतात आणि त्यांची लग्नं होतात. जशा घटना घडायला लागतात तशा गैरसमजुती व्हायला लागतात. त्या गैरसमजुती कशामुळे आहेत हे कळणं, तो हेतूपूर्वक केलेला अपमान नाही हेही कळणं महत्त्वाचं आहे. त्यासाठी जी अभ्यासू वृत्ती लागते ती आमच्या दोघांकडेही आहे. मूळ पिंड निराळे असले तरी त्यातून मार्ग काढण्याचं कौशल्य आहे म्हणून आम्ही सावरलो.

शोभालाही माझ्या स्वभावामुळे, वागण्यामुळे, अपेक्षांमुळे, धंद्यातल्या चढउतारांमुळे भरपूर त्रास झाला पण तिनी कधी त्रागा केला नाही. मलाही वाईट वागवलं नाही. माझ्या घरच्यांशी तर ती कधीच वाईट वागली नाही.

एवढं सगळं मी मोकळेपणानी सांगतोय आणि त्यापुढे मला असंही म्हणायचंय की, या आमच्या वयात आमचं दोघांचं एकमेकांवर खरोखरच प्रेम आहे असं मला खात्रीनी वाटतं. त्याचं श्रेय मात्र स्पष्ट विचारांच्या जीवनसाथच्या ज्ञानमार्गाच्या साधनेला जातं.

माणसाच्या व्यक्तिमत्त्व विकासाची तत्त्वज्ञानानी केलेली व्याख्या सांगतो नि या लेखाचा शेवट करतो. 'व्यक्तिमत्त्व विकास म्हणजे प्रश्न सोडवण्याची ताकद वाढवणं' पुढच्या लेखात शोभा आणि मी यांच्यात प्रश्न कसे आले आणि ते आम्ही कसे सोडवले किंवा सुटणार नाहीत हे मान्य केलं याचे तपशील आहेत.

●●●

4

मी आणि शोभा यांचं सहजीवन, आम्ही काढलेले उपाय

अनिल शोभा – हा लेख आम्ही दोघांनी मिळून लिहायचा ठरवला आहे. कारण आमच्या दोघांच्या निराळ्या व्यक्तिमत्त्वाच्या प्रकारामुळे आमच्यात निर्माण झालेल्या प्रश्नांवर उपाय शोधणं आमचंच काम होतं. आतापर्यंतचे बरेचसे प्रश्न आम्ही सोडवू शकलो. काही प्रश्न अजून सुटलेले नाहीत. पण त्यांवर उपाय शोधण्याचं काम चालू आहे. न सुटलेले प्रश्न अगदीच थोडेसे आहेत ही गोष्ट आम्हाला महत्त्वाची वाटते.

शोभा – 1970 मधे आमचं लग्न झालं. या 45 वर्षांच्या सहजीवनाकडे मागे वळून पाहताना मला बहरलेला वृक्ष, खजिना, खळाळता धबधबा, मोगऱ्याचा सुगंध, रिमझिम पाऊस असं काय काय आठवतं, डोळ्यांसमोर येतं, दरवळत राहातं...

आमचं लग्न आम्ही ठरवलं ते फार मजेशीर पद्धतीनं. मी मुंबईत एम. ए. करत होते. अनिल आर्किटेक्ट होऊन इंग्लंडला गेलेला होता. तो आणि माझा मोठा भाऊ एकत्र राहात होते. मी भावाला पत्रं लिहायची ती अनिलही वाचायचा. त्याला ती आवडायची. भाऊ त्याला म्हणाला, ‘‘तू पण लिही तिला, तुला तिची पत्रं आवडतात तर!’’ आणि अनिलनी मला पहिलं पत्र लिहिलं. सुंदर अक्षर, भरपूर थट्टा-मस्करी, विनोदीच पत्र होतं. पत्र वाचूनच मी त्याच्या प्रेमात पडले. कित्येकदा मी ते सगळं पत्र मनाशी बोलून पाहायचे. मग आमचा पत्रव्यवहार चालूच राहिला. तेव्हा फोन सहज करता येत नसत आणि कॉम्प्युटर्स नव्हतेच! पत्रं हाच फक्त मार्ग होता. नंतर अनिल अमेरिकेत गेला तरी आमचा पत्रव्यवहार चालूच राहिला आणि पत्रातूनच आम्ही लग्न करायचं ठरविलं. त्यापूर्वी एकमेकांची

अनेक प्रकारे ओळख करून घेतली.

अनिल – माझ्या मते शोभाचं प्रेम करण्याच्या कल्पनेवर प्रेम होतं. मी तिला संपूर्णपणे आवडलेला असणं शक्य नाही हे मला माहिती होतं. माझे विचार आणि भावना 3-4 निरनिराळ्या मुलींभोवती घोटाळत होत्या. मी लग्न करण्याच्या प्रकारचा म्हणजे एकाच व्यक्तीशी आयुष्यभर बांधून घेण्याच्या प्रकारचा आहे का नाही याबद्दल माझी खात्री नव्हती. त्याशिवाय आधीच्या प्रेमभंगाचा परिणाम माझ्यावर शिल्लक होता. थोडक्यात स्पष्ट विचारांचा मी पुरस्कर्ता असलो तरी माझ्या मनात बरेच गोंधळ होते.

एक मुलगी मला कितीही आवडत असली तरी माझ्यापेक्षा वयानी फार लहान होती ही गोष्ट मला पटत नव्हती. दुसरी भारतातल्या परराज्यातली परभाषिक होती. भाषेच्या तफावतीबद्दल मनात फार शंका होत्या. तिसरी तर थेट गोरी मड्डम आणि पक्की ख्रिश्चन, धार्मिक प्रवृत्तीची होती. माझ्या मनातल्या गोऱ्या कातडीच्या आकर्षणामुळेच मी तिच्याशी संपर्क राखून होतो. त्यात ती अमेरिकन नसल्यामुळे व्हिसाचे प्रश्न होतेच.

शोभा मला चांगली वाटत होती, पण आमची प्रत्यक्ष ओळखच नव्हती. समोर बसून, बोलून, वागून माणूस कळणं, आवडणं याचं महत्त्व मला माहीत होतं. त्यामुळे मी तिला होकार कळवत नव्हतो, पण पत्रामधून माझ्याविषयी कळवत होतो आणि तिच्याबद्दल जाणून घेत होतो.

शोभा – मी काही लग्न कसं करावं याबद्दल विचार केला नव्हता. पण अनिलची काही मतं, तत्त्वं ठाम होती. त्याचं म्हणणं लग्न अतिशय साधं करायचं, रजिस्टर करायचं, समारंभ नाही, देणं-घेणं नाही, दागदागिने नाहीत. काही नाही. मला ते मान्य होतं. त्यामुळे तो भारतात येणार नाही, मीच परीक्षा झाल्यावर लगेच अमेरिकेत जायचं आणि तिथेच लग्न करायचं असं ठरलं होतं.

अनिल – मी फार पूर्वीपासून जाहीरपणे निरीश्वरवादी, धर्म-जातविरोधी, कर्मकांडविरोधी आणि समारंभविरोधी होतो. शोभाच्या भावाला म्हणजे सुरेश कोडोलीकरला माझं म्हणणं पटत नव्हतं, हे मला इंग्लंडमधे एकत्र राहिल्यामुळे माहीत होतं. शोभाला मी पत्रात जे लिहायचो, ते आवडलं होतं. पण मला प्रश्न पडला होता की, एकाच घरात वाढलेले बहीणभाऊ इतके निराळे कसे असतील? एक शक्यता होती ती म्हणजे सुरेश स्वतःच्या बहिणीला नीट ओळखत नसावा. हेही काही फार चांगलं नव्हतं.

शोभा – यावर नातेवाईक, मित्रमंडळींच्यात बऱ्याच चर्चा झाल्या. काही लोक म्हणाले, ''बघा बरं, तो फसवेल हिला.'' काही म्हणाले, ''काही मागणी नाही म्हणतो म्हणजे नक्कीच त्याच्यात काहीतरी दोष, व्यंग असेल.'' काही म्हणाले, ''असं मुलीला एकटीला पाठवू नका. तिकडे त्याचं लग्न झालेलं असलं तर ती काय करेल?'' त्यात माझ्या भावाचं पत्र आलं. त्यानं लिहिलं होतं, ''तुमचे दोघांचे स्वभाव जुळणारे नाहीत, तुम्ही लग्न करू नका.'' मला मात्र अनिलशीच लग्न करायचं होतं. वडील म्हणाले, ''तू ठरवशील तसं आपण करू. सगळ्या गोष्टींचा विचार मात्र कर. पैसे हा विचार नकोच. ते काय आज असतात, उद्या नसतात. लग्न हा तात्पुरता करार नसतो, ती साता जन्मांची गाठ असते. तेव्हा तू ठरव.'' वडील त्याच्या घरी जाऊन आले. त्यांना सर्वांत कशाचा आनंद झाला तर अनिल नास्तिक असला तरी त्याची आई देवपूजा करत होती आणि आईला सात भावंडं आणि वडिलांना पाच भावंडं होती. अनिलच्या वडिलांचे विचार पुरोगामी होते आणि ते बोलायला, वागायला मोकळे होते. माझे वडील त्यांना म्हणाले, ''एखादा मुहूर्त पाहून आपण इथे साखरपुडा तरी करू. अनिल नसला तरी तुम्ही सगळे आमच्याकडे या.'' तसा साखरपुडा केला. त्याचे फोटो अनिलला पाठवले तर त्यानी लिहिलं, ''मला हे काहीही मान्य नाही. आवडलेलं नाही. साखरपुडा तुझा झालाय. माझा नाही.''

अनिल – मला काही न कळवता, न विचारता साखरपुडा हे मला अजिबात आवडलेलं नव्हतं. साखरपुडा हा परंपरेमधला, निरक्षरांसाठी योजलेला रिवाज आहे. सुशिक्षित, लिहू-वाचू शकणाऱ्यांनी काय लिहायचं आहे ते लिहून सह्यांचा कागद बनवायला हवा होता. एक गोष्ट मला मान्य आहे की, एवढ्या वर्षांनंतर मी ही गोष्ट ज्या स्पष्ट शब्दांत आत्ता सांगतो आहे ती तेव्हा बहुतेक मांडू शकलो नसतो. काय नको हे पक्कं होतं. काय हवं ते शोधून काढायचं होतं. ती प्रक्रिया मनात चालू होती. शोभाच्या आईवडिलांच्या काळज्या मला स्पष्ट कळवल्या असत्या तर जास्त योग्य झालं असतं. मी उपाय शोधले असते. व्यवस्थापनशास्त्राच्या कोर्समधे 'प्रश्नाला उत्तरांचे अनेक पर्याय असतात,' हे मी शिकलो होतो. मी कदाचित आठ दिवसांसाठी भारतातही गेलो असतो. खरं म्हणजे त्यामुळे पुढचे अनेक घोटाळे टळले असते. मला फोनवर विचारणं शक्य होतं, तार करणं शक्य होतं, काही असलं तरी मला न कळवता साखरपुडा मला फार चुकीचा वाटला होता. माझ्या आईवडलांनी या कल्पनेला दिलेला होकारही

मला अयोग्य वाटत होता.

शोभा – अनिलचा स्वभावच तीव्र आहे. तो त्याला न पटणाऱ्या, न आवडणाऱ्या गोष्टी निर्भीडपणे सांगत असतो. मी मात्र सौम्य आहे. मला आई-वडिलांचं कौतुकच होतं की, त्यांनी मला तिकडे पाठवायला नकार दिला नाही आणि अनिलच्या आई-वडिलांनी तर सगळी मदतच केली. हुंडा, देणं-घेणं, मानपान हे शब्दच कोणी उच्चारले नाहीत. उलट अनिलनी विमानाचं तिकीट काढून पाठवूनही दिलं.

अनिल – खूप पूर्वीपासून माझा हुंडा या कल्पनेला प्रखर विरोध होता. त्याबद्दल मी बराच विचार केलेला होता. अप्रत्यक्ष हुंड्याच्या अनेक प्रथांना देखील माझा सक्त विरोध होता. याखेरीज 'विचारांप्रमाणे संवाद, त्याप्रमाणे वागणूक' याबद्दलही मी खूप आग्रही होतो. स्वावलंबन, भेटवस्तूंना विरोध याबद्दलही माझं बरंच चिंतन झालं होतं. निरर्थक आणि चुकीच्या गोष्टी स्वतःच्या आयुष्यातून काढून टाकण्याच्या मी मागेच होतो.

शोभा – या सगळ्या पत्रापत्रीच्या, लग्न ठरल्यानंतरच्या काळात मी तर हवेतच तरंगत होते. मला मनासारखा जोडीदार मिळाला होता. सगळं अकल्पितच घडत होतं. लग्न ठरल्यामुळे झालेला असा आनंद आयुष्यभर साथ देतो असं मला वाटतं. माझी मुलगी आम्हाला म्हणते, ''तुम्ही तर अजूनही एकमेकांच्या प्रेमातच आहात असं वाटतं.''

आम्ही अमेरिकेत रजिस्टर्ड लग्न केलं. तिथली वर्षं आनंदात आणि भरपूर कामात गेली. आम्ही आपापल्या नोकऱ्या सांभाळून संध्याकाळी एका मित्राबरोबर 'इंडियन सुपर स्नॅक्स' नावाचं छोटं रेस्टॉरंट चालवायचो. लवकर भारतात परत जायचं असं आम्ही ठरवलेलं होतं. भारतात परत जायची अनेक कारणं होती. अनिलला स्वतःचा व्यवसाय करायचा होता, नोकरी करण्यात त्याला रस नव्हता. मला माझं क्षेत्र शोधायचं होतं. मुलं भारतातच वाढावीत असं वाटत होतं, शिवाय जवळच्या नातेवाईकांच्या सहवासाची ओढ होती. त्या काळात तरुण मुलं मोठ्या प्रमाणावर इंग्लंड-अमेरिकेत स्थायिक होत होती. आमच्या माहितीत आम्ही दोघंच परत आलो आणि त्याबद्दल आम्हाला कधीही पश्चात्ताप झाला नाही.

परत येताना आम्ही स्वतःच्या गाडीनी वेगवेगळ्या पस्तीस देशांमधे आठ महिने फिरलो. आधी अमेरिका, कॅनडा नंतर जवळजवळ सर्व युरोपीय देशांत हिंडलो, अनेक लोकांना भेटलो. विलक्षण अनुभव घेतले. प्रवास करताना निम्मा

वेळ अनिलनी गाडी चालवली, निम्मा वेळ मी,त्यामुळे एकावर ताण आला नाही. हा प्रवास मला आमच्या पुढच्या सहजीवनाचा पाया वाटतो. कारण एकमेकांशिवाय कोणीही जवळ नव्हतं. काम भरपूर, आनंद भरपूर, प्रश्नही यायचे, पण त्या सगळ्यात खूप मजा आली!

अनिलचं नियोजनकौशल्य, धाडसी स्वभाव, शिस्त, जिद्द, कष्ट सगळंच अजब होतं. अचाट होतं. असा एवढा प्रवास इतर कोणी भारतीय जोडप्यानी केल्याचं दुसरं उदाहरण अजूनही मला माहिती नाही.

अनिल – नियोजन माझं होतं हे खरं, पण मला साथ देण्यामधे शोभा कधीच मागे नव्हती हेही विशेषच होतं.

शोभा – ग्रीसमधे अथेन्सला गाडी विकली आणि आम्ही भारतात परतलो, तेव्हा पोटात मुलगा शोनील होता. भारतात आल्यावर जगण्यालाच एक वेग आला. अनिलनी त्याचा व्यवसाय सुरू केला. शोनीलचा जन्म झाला. आम्ही पुण्याला राहायला आलो. दोन वर्षांनी मुलगी आभा झाली. मुलं झाल्यावर पाच वर्षं मी काही करायचं नाही असं आम्ही ठरवलं होतं. त्याचा मुलांना खूप उपयोग झाला.

अनिल – मुलं हवीत म्हटल्यावर मुलांच्या वाढीची पहिली 5-7 वर्षं शोभा काम करून पैसे मिळवू शकणार नाही हे मला पूर्ण माहिती होतं आणि खुशीनी मान्य होतं. त्याच्या पुढच्या काळाबद्दल शोभानी आणि मी असं ठरवलं होतं की, दोघांनी अर्धवेळ आळीपाळीनी काम करून मुलांना सांभाळावं. ते मला अजिबातच शक्य नाही झालं. अर्धवेळच्या ऐवजी मला रोज दीड दिवस काम करायला लागायचं.

शोभा – अनिल सतत कामात असायचा, पण त्याचं ऑफिस खालच्याच मजल्यावर होतं. त्यामुळे तो मुलांना भेटायचा. मुलं त्याच्या ऑफिसमधे चक्कर मारायची, त्यामुळे मुलं वाढत असताना मी घरात नसले तरी अनिल येऊन-जाऊन असल्यामुळे मला मुलांची काळजी वाटली नाही.

माझ्या क्षेत्रातल्या काही ज्येष्ठ कार्यकर्त्या नेहमी बोलताना म्हणत, तुझी मुलं चांगली निघाली याचं आम्हाला कौतुक आहे. तू जे समाजाला शिकवलंस तेच घरातही केलंस. घरात आपण जे बोलतो, वागतो, बाहेर जे काम करतो त्याचा मुलांवर कळत-नकळत परिणाम होत असतो. शोनीलचे मित्र शाळेत असताना मुलींना चिडवायचे तर शोनील त्यांना सांगायचा, मी मुलींची चेष्टा नाही

करणार, मी त्यांच्याशी चांगली मैत्री करणार आणि तसं तो वागलाही. नंतर त्यानं एका ग्रीक मुलीशी लग्न केलं. तिचं नाव अनास्तेसिया.

अनिल – अनास्तेसियाचे मूळ अनुवंशिक संस्कार ख्रिश्चन धर्माचे आहेत. शोनीलनी आणि तिनी लग्न करण्यापूर्वीसुद्धा ती एकदा आम्हाला इंग्लंडमधे भेटली होती. आम्ही धर्मकल्पनेच्या पलीकडे आहोत हे तिला सांगितलं. शोनीलला आणि तिला एकमेक आवडले म्हटल्यावर आमचं कशाबद्दलच काही म्हणणं नव्हतं, हे पण बोलणं झालं. माझ्याबरोबरच्या एवढ्या वर्षांच्या संसारात धर्म या गोष्टीतून शोभाही बऱ्यापैकी मोकळी झालेली असल्यामुळे शोनीलला फार सोपं गेलं.

शोभा – शोनील म्हणतो की, अनास्तेसिया आणि तो यांचे दोन तट नाहीत. तो तिच्याच बाजूचा आहे. आम्ही पण तिच्या बाजूचे आहोत अशी ती आहे. मुलांच्या घराबरोबरच्या नात्याबद्दल तो म्हणतो, ''समज, मी एक झाड आहे, आणि बाहेर पडल्यामुळे माझी चांगली वाढ झाली तरी मला फुलं येण्यासाठी घराकडेच माझी मुळं वळतात.'' फुलं येणं म्हणजे आनंद. तो बायोडायव्हर्सिटीमधे डॉक्टरेट झाला तेव्हा आम्ही ऑक्सफर्डला गेलो. त्याच्या घरी राहिलो. त्याचं कौतुक केलं तेव्हा तो म्हणाला, ''डॉक्टर होणं म्हणजे काही फार मोठी गोष्ट नाही. फक्त आपल्याला कळतं आपलं अज्ञान किती आहे ते. तशीच आभा आर्टिस्ट आहे. ती कॅलिफोर्नियात एम.एस. करून आली. ती सांगत होती, ''मला समोर दिसत असतं चित्र पण ते कागदावर तसं उठत नाही. त्यामुळे मला अस्वस्थता येते.''

ही मुलं सतत वाढायला उत्सुक आहेत याचं मला विशेष वाटतं. ती दोघं लिहितातही चांगलं आणि बोलतात सहज. सून, जावई, नातवंडं हा आयुष्यातला खास आनंद असतो. तसा तो सध्या आम्ही अनुभवतो आहोत. मुलीकडे गेलो की, तिचे दोन्ही मुलगे बिलगतात. छोटा तर आनंदानी नाचत असतो आणि निघालं की, मुलं हात धरून ठेवतात. दाराला आडवे हात धरून उभे राहतात आणि 'नाही रे, तुम्ही जायचं नाही. आता आम्ही तुम्हाला कध्धीच जाऊ देणार नाही. तुम्ही खूप दिवस राहायचं,' असं म्हणतात तेव्हा धन्य वाटतं. एवढं प्रेम मुलंच करू शकतात. आमचा जावईही खूप जवळचा आहे.

नवरा-बायकोचं लहानपण कसं गेलं त्याचा सहजीवनावर परिणाम होतो. मी तीन भावांनंतरची सर्वांत धाकटी मुलगी. घरात मी सर्वांची लाडकी होते.

वडिलांची तर विशेषच! शाळा-कॉलेजात हुशार. भावुक, साहित्याची आवड. कविता करणारी, लेखन करणारी, लहान मुलं आवडणारी, भरपूर मित्र-मैत्रिणी असलेली आणि भिडस्त होते. आजही माझा मित्रपरिवार ही मला संपत्ती वाटते.

अनिल दोन बहिणींच्या मधला एकुलता एक मुलगा. तो खरा हुशार. पण शाळेत अभ्यासात लक्ष नव्हतं, त्यामुळे आई-वडिलांचा खूप मार खाल्ला. एकदा एक सर कुणाशी तरी बोलताना म्हणाले, ''अनिल खरा हुशार आहे, पण त्याला आपण अभ्यासाची गोडी नाही लावू शकलो.'' त्या एका वाक्यानी अनिल अभ्यासाला लागला आणि बदललाच. तो अतिशय व्यवस्थित आहे, आग्रही आहे. समाजकार्याची त्याला आतूनच आवड आहे. प्रवासाची, ट्रेकिंगची आवड आहे. तो कष्टाळू आहे. त्याला सतत कामात असायला आवडतं. त्याला व्यसन नाही. मित्र फार नव्हते, निवडकच होते. त्याचं वाचन खूप आहे. अर्ध जग हिंडल्यामुळे तो नकाशे पण कादंबरीसारखे वाचत बसतो. एकंदरीत हा गुणी माणूस आहे, पण थोडा विक्षिप्त पण आहे. मी त्याला म्हणते, 'तुझं नाव अनिल न ठेवता अधीर ठेवायला हवं होतं.' एखादी गोष्ट ठरली की, 'केव्हा एकदा' ती होते असं त्याला होतं.

अनिल – शोभानी वापरलेला अधीर शब्द मला खटकतो. माझ्या मते तिच्यावरच्या लहानपणापासूनच्या संस्कारात 'वेळेवर स्पष्ट शब्दांत उलगडा' याला काही महत्त्व नव्हतं. मनातलं न सांगता ओळखायची ही पारंपरिक कल्पना तिच्या जास्त ओळखीची होती. अजूनही ती कल्पना तिला जास्त योग्य वाटते. उलगडा न झाल्यामुळे तो विषय शेवटी घाईचा बनतो. त्याला अधीरपणा म्हणणं मला योग्य वाटत नाही. माझ्या व्यवस्थापनशास्त्राच्या अनुभवानुसार मी तिला माझ्या नजरेतली प्रत्येक गोष्टीची शेवटची तारीख, वेळ सांगतो. तिनी काही उलगडा नाही केला तर त्या तारखेच्या पुढे माझ्या दृष्टीनी त्याचा काय अर्थ होईल तेही सांगतो. त्यानंतर शोभा जरा हालचाल करते. तिचा हेतू कधीच वाईट नसतो, पण तिला ही एक गोष्ट समजत नाही. त्याची कारणं कितीही असली तरी शेवटी अडचणच निर्माण होते.

शोभा – वेळेच्या बाबतीत तो खूप काटेकोर आहे. अशा माणसाबरोबर राहाणं सोपं नसतं. त्याला जगातले सगळे पदार्थ आवडतात. त्यामुळे रोज सकाळी नाश्त्याला काय आहे, असा त्याचा प्रश्न हमखास असतो. मात्र तो सगळं आवडीने खातो, नावं ठेवत नाही. आठवणीनी कौतुक करतो. आम्हा

दोघांना आमची कामं मनापासून आवडत होती आणि आहेत. त्याबद्दल आम्ही एकमेकांशी सगळंच बोलत असतो. त्यामुळे कामंही समृद्ध होतात. व्यवस्थापनाविषयी त्याचे सल्ले मला कायम उपयोगी पडायचे. तो त्याच्या धंद्यातल्या अनुभवांबद्दल मला सांगायचा. माझा सल्ला घ्यायचा. त्याच्या धंद्यात काही गंभीर प्रश्न निर्माण झाले होते तेव्हा मी त्याच्या सहकाऱ्यांशी मीटिंग्ज घेऊन प्रश्न सोडवायला मदत केली, कारण ते आम्हाला धाकट्या भावंडांसारखेच होते. त्यांच्याविषयी माझ्या मनात प्रेमच होतं आणि त्यांनाही तेवढा विश्वास होता.

अनिल – मी अमेरिकेत व्यवस्थापनाच्या कोर्समधे अनेक चांगल्या गोष्टी शिकलो होतो. तिथल्या लोकांचा वागणुकीतला, पैशाच्या व्यवहारांबद्दलचा सरळपणा मला अतिशय भावला होता. पण त्याच सरळ पद्धतीनी इथल्या धंद्यात वागून चालत नाही हे न कळल्यामुळे प्रश्न निर्माण झाले होते. पण शोभाच्या स्वभावातल्या खास गुणांमुळेच मी त्यातून बाहेर पडू शकलो.

शोभा – 'जीवनसाथ'मधल्या तरुण मुला-मुलींना त्याचा खूप आधार वाटतो. विवाह समुपदेशक म्हणूनही तरुण मुलं-मुली, त्यांचे कुटुंबीय त्याला भेटत असतात. गेलं दीड पावणे-दोन वर्षं तो 'जीवनसाथ'च्या 18 वर्षांच्या अनुभवांवर आधारित पुस्तक लिहितो आहे. तो पहाटे चारला उठून लिहायला सुरुवात करतो. मधे त्याच्याकडे वैयक्तिक समुपदेशनासाठी खूप लोक येतात. रात्री 10 वाजता तो काम थांबवतो.

समुपदेशनाचं कामही तो तेवढ्याच शिस्तीनी मनापासून करतो. पुण्यात खूप समुपदेशक आहेत. पण त्याच्या पद्धती इतरांपेक्षा निराळ्या आहेत. त्याचं व्यवस्थापनशास्त्रातलं शिक्षण, मानसशास्त्रातला डॉक्टरेटचा अभ्यास आणि तत्त्वज्ञानाचं वाचन या सगळ्यांचा उपयोग तो करतो. हे सगळं अतिशय परिणामकारक असतं त्यामुळे पुण्यातल्या 'बिझी काउन्सेलर्स'मधे तो आहे.

मी मुलं लहान असताना त्यांना प्राधान्य दिलं. पालक-शिक्षणाचा अभ्यास आम्ही दोघांनीही केला आणि गेली तीस वर्षं अनेक ठिकाणी कार्यशाळा घेतल्या, व्याख्यानं दिली.

अनिल – पालक-शिक्षणाचं काम मी शोभाच्या तुलनेत कमी केलं. सुरुवाती-सुरुवातीला पालक-शिक्षण या विषयात पुरुषांनी रस घ्यावा यासाठी मी आवर्जून जायचो. मी आणि शोभा मिळून पालक-शिक्षण हा विषय शिकवतोय हे स्त्रियांना महत्त्वाचं वाटायचं. त्यांच्यामुळे त्यांचे नवरे यायचे. एवढ्या वर्षांच्यात

मी अनेक खेळ शोधून काढले आहेत. विवाह-शिक्षण आणि पालक-शिक्षण दोन्हींमधे त्या खेळांचा बराच उपयोग होतो.

शोभा – बालभवनचं काम सुरू करण्यापूर्वी पाच वर्षं शैक्षणिक संशोधनात आणि दोन वर्षं स्त्री प्रश्नांमधे मी काम केलं. कुठलंही काम मी जीव ओतूनच करते. त्यामुळे बालभवनचं काम हे माझ्या नुसतं आवडीचं नाही तर मला अत्यंत प्रिय आहे. माझ्या कामाच्या निमित्तानी अनेक संस्थांच्या संपर्कात मी आहे. त्यांची कामं मी हौसेनी करते. प्रत्येक कामाबरोबर आपला अनुभव वाढतो आणि काम अधिक समृद्ध होतं, असा माझा अनुभव आहे. माझ्या कामाला अनिलनी आणि मुलांनीही कधी आडकाठी घेतली नाही. उलट त्या तिघांनाही मी काय करते त्यात खूप रस असतो. मुलांची पण एकमेकांशी छान मैत्री आहे. आभा तर मला आता चांगले सल्लेही द्यायला लागली आहे, तर मुलगा माझ्या दर वाढदिवसाला 'रिटायरमेंट ड्यू', 'रिटायरमेंट ओव्हर ड्यू' असे मेसेजेस पाठवतो.

माझ्या लेखनालाही अनिलनी खूप मदत केली आहे. माझं काही तातडीचं लिहायचं असलं तर मी त्याला सांगते, 'उद्या सकाळचा चहा, नाश्ता तू कर, मी चारला उठून लगेच लिहायला बसणार आहे.' तो ते आनंदानी करतो आणि माझा पहिला वाचकही तो असतो. सध्या तर बहुतेक वेळा सकाळचा चहा तोच करतो. मी नाश्ता तयार करत असले तर कांदा कापून देण्याचं काम त्याचं असतं. बाहेरची खरेदी करतो. मला घरी यायला उशीर झाला तर तो अस्वस्थ होतो. तसं तर शंभर टक्के जुळणारं जोडपं नसतंच. माझ्या भावानी म्हटलं होतं तसे आमचे स्वभाव जुळणारे नाहीतच. तो तीव्र, मी सौम्य, तो निर्भीड, मी भिडस्त, मी संसारात, माणसांत रमणारी, तो थोडा अलिप्त, मी तोंडातून शब्द बाहेर निघण्यापूर्वी दहा वेळा मनात विचार करणार, यानं समोरचं माणूस दुखावणार तर नाही! तो मनात येईल ते बोलून मोकळा. न दुखावता स्पष्ट बोलण्याचं तंत्र आता त्यानी आत्मसात केलं आहे.

शेवटी त्यामुळे आमचं जुळतं हे महत्त्वाचं आहे. भांडणं तर सर्वांचीच होतात. माझे आई-वडील त्याला अपवाद होते. त्यांची कधीही भांडणं झाली नाहीत. त्यामुळे लग्नानंतर आमच्यात मतभेद झाले की, मला फार त्रास व्हायचा. घरी, शाळेत माझं फार कौतुक झालेलं, त्यामुळे आपण आहोत तसं आपल्याला दुसऱ्यांनी मान्य केलंच पाहिजे, करणारच असा माझा विश्वास होता. अनिलच्या परफेक्शनिस्ट स्वभावामुळे तर त्याला गोष्टी खटकायच्याच. मी त्याला म्हणायची,

'तू घरात बॉस नाहीस आणि मी तुझी असिस्टंट नाही.' ते हळूहळू त्याला पटलं. त्याचे आग्रह हळूहळू कमी झाले आणि मला हे लक्षात आलं की तो अतिशय विश्वासार्ह आहे. डोळे मिटून त्याच्यावर विश्वास ठेवावा इतका तो सरळ आहे. पुरुष पैशांवरून बायकोची कोंडी करतो, बाई सेक्सवरून. कधी उलटही, ते आम्ही कधीही केलं नाही. त्यामुळे त्या दोन्ही बाबतींत आम्ही समाधानी आहोत. फरक आहे तो संवेदनक्षमतेच्या पातळ्यांचा. आम्ही आपापल्या ठरवलेल्या क्षेत्रात अतिशय संवेदनक्षम आहोत, पण ती सगळी क्षेत्रं कशी जुळणार? अजूनही खटके असतात, पण ते सौम्य झालेत आणि काही मतभेद हे आयुष्यभर संपतच नाहीत, त्यांची गाठोडी बांधून फळीवर टाकून द्यायची हेच खरं!

अनिल – या बाबतीत सांगायचं तर शोभानी आमच्या दोघांच्यातले अस्वस्थ करणारे विषय खरोखरच मनातून काढून टाकले. मला ते तेवढं नाही जमलेलं. मी प्रयत्न करतोय, पण मी त्यात थोडा कमी पडतोय.

शोभा – नवरा-बायकोच्या मनात एकमेकांबद्दल प्रेम तर हवंच, पण शिवाय एकमेकांविषयी आदरही वाटायला हवा. मनापासून कौतुक हवं, मग मतभेदात कटुता येत नाही. तसं आमचं आहे असं वाटतं आहे. अर्थात, दुसऱ्याला आदर वाटेल असं वागावंही लागतं.

अनिलची 'क्रिएटिव्हिटी' अफाट आहे. त्याच्याइतका 'मल्टिटॅलंटेड' माणूस क्वचितच आढळतो. त्याने जीवनसाथचं उभं केलेलं काम यापुढच्या अनेक पिढ्यांना उपयोगी पडेल आणि अनेक जोडप्यांचे संसार वाचवेल. त्याच्या स्पष्ट विचारांचे, पृथक्करणाचे आणि विचारांच्या अंमलबजावणीचे आग्रह जोडीदाराला कठीण जाणारेच आहेत आणि तरी शेवटी विचार केला तर त्या आग्रही स्वभावाचे फायदे जास्त आहेत. तोटे अगदी थोडेसेच आहेत. तो जो विचार करतो तेच बोलतो आणि अगदी तस्साच खरोखर वागतो.

अनिल – शोभाचा भावनांक इतका चांगला आहे की, जेव्हा जेव्हा आमच्यात कुठच्याही कारणानी मतभेद झाले तेव्हा ती माझी बाजू फार सहज समजून घेऊ शकली. मी तिची बाजू समजून घेण्यात कमी पडलो. तिचं गरवारे बालभवनचं काम म्हणजे कमाल आहे. तिनी जोडलेली माणसं, त्रासदायक लोकांना तिनी थंड डोक्यानी कसं गप्प केलं हे खरंच अफलातून आहे.

शोभा – आणखी एक गोष्ट मला नेहमी जाणवते. आम्ही दोघांनी आपापल्या क्षेत्रांत खूप काम केलं. मी खूप लिखाण केलं. त्यानीही माझ्याएवढं

नाही पण बरंच लिहिलं. तेही निरनिराळ्या क्षेत्रांमधे. मी लिहिलं ते भावनांना हात घालणारं जास्त लिहिलं. त्यानी विचार करायला लावणारं लिखाण केलं. मी पालकत्वासंबंधीच लिहिलं, कार्यक्रम केले. आपल्या समाजामधे जी विचार करण्याची पद्धत आहे त्यामुळे मला लोकप्रियता जास्त मिळाली. याउलट अनिलचं नाव कमी झालं. पण त्याच्या नजरेत, वागण्या-बोलण्यात मला एक क्षणही कधी मत्सर दिसला नाही. त्याचं मन मोठं आहे. त्याच्याशी अन्यायानी वागणारे अनेकजण मला माहीत आहेत. त्यांनाही त्यानी माफ केलं आहे.

अनेक क्षेत्रांमधे, रोजच्या जीवनात व्यवस्थापनशास्त्र वापरण्याचं कौशल्य अनिलनी विकसित केलंय. त्याची ही दृष्टी खूप खास आहे. त्याचं काम मूलगामी तर आहेच, कदाचित त्याहूनही महत्त्वाचं ठरेल.

आमच्या सहजीवनानी मला अधिक कणखर केलं, तर अनिलला अधिक सौम्य केलं. ही देवाण-घेवाण मला अर्थपूर्ण वाटते. उगाचच अपेक्षा करत बसायच्या नाहीत. त्यानं मला कधीच गजरा आणला नाही. पण त्याला मोगरा आवडतो. मी दर उन्हाळ्यात एकदा तरी त्याच्यासाठी भरपूर मोगऱ्याची फुलं घेऊन येते. फुलं त्यानी मला आणली काय न् मी त्याला आणली काय, सुगंधाचा दरवळ तर दोघांसाठीही असतो ना! हीच सहजीवनाची गंमत असते आणि तो सहजीवनाचा मंत्रही आहे!

आम्ही दोघंही रागीट नाही, पण इतरांकडे बघावं तर त्यांच्या अनेक प्रश्नांचं मूळ 'राग' यात सापडतं. म्हणून याचाच अभ्यास प्रथम करायला घ्यायचा ठरवला. त्याचं फलित म्हणजे याच्या पुढचा लेख.

●●●

5

राग आवरण्याचे मार्ग

समुपदेशनाच्या कामात लोकांच्या ज्या अडचणी जाणवतील त्यांचा माझा सततच अभ्यास चालू असतो. गेल्या काही वर्षांत मला दिसतंय् की 'राग आवरत नाही' हा अनेकांचा प्रश्न असतो. त्याविषयी जेवढा स्पष्ट विचार करता येईल तेवढा उपाय लवकर सापडतो. म्हणून आजच्या कार्यशाळेसाठी हा विषय निवडलेला आहे.

नवराबायकोच्या किंवा कुटुंबाच्या भांडणात देखील कोणाच्या तरी चुकीच्या संभाषणानी प्रकरण सुरू झालेलं असतं आणि त्या संभाषणाच्या तपशीलात शिरलं की मंथनातून हेच बाहेर येतं की, 'राग न आवरणं' याच विकारानी कुटुंबाला ग्रासलेलं आहे. वाईट भाग असा की अशा लोकांची संख्या खूप वाढलीय्.

तत्त्वज्ञानाच्या सगळ्या अभ्यासात माणसाचे सहा शत्रू म्हणजेच 'षडरिपु' असं वर्णन केलेलं आहे. काम, क्रोध, मोह, लोभ, मद, मत्सर या सहा शत्रूंपासून दूर राहायचं, म्हणजे उच्च श्रेणीचा माणूस असं वर्णन केलेलं आहे. तत्त्वज्ञानातून मानसशास्त्र जन्माला आलं. त्यात असं आढळलं की, सर्व भावना व्यक्त न करता लपवून ठेवण्यानी माणसाला फार त्रास होतो. म्हणजे वाईट वाटलं तर ते व्यक्त करायला पाहिजे, राग आला तर तो व्यक्त करायला पाहिजे.

पण तो राग व्यक्त करण्यासाठी कुठल्याही व्यक्तीचा वापर करायला मूलतत्त्वात परवानगी नाही. या मूल्याप्रमाणे राग आला म्हणून तो बायकोवर काढायला, मुलांवर काढायला, खरं म्हणजे कुठच्याही सजीवावर काढायला परवानगी नाही. व्यवस्थापनशास्त्र जेव्हा तत्त्वज्ञानातून तयार झालं तेव्हा मानसशास्त्र आणि व्यवस्थापनशास्त्र या दोन्हींच्या मदतीनी राग व्यक्त करण्यासाठी लिखाणाची पद्धत शोधून काढली. आपला अभ्यासाचा विषय विवाह यामधे याचा वापर कसा

करायचा याचाही अभ्यास झालाय. मी ज्या 'क्रिटिकल ॲनॅलिसिस' या पद्धतीचा वापर समुपदेशनासाठी करतो त्यात लिखाणावरच मुख्य भर असतो. तोंडी बोलण्यापेक्षा लिहिण्यानी विचार स्पष्ट होतात हेही संशोधनातून पक्कं झालेलं आहे.

पूर्वी राजे, सरदार, संस्थानिक यांच्यावर राज्यकारभाराचे खूप ताण असायचे. बरोबर काम करणाऱ्या अनेकांचा रागही यायचा, पण तो व्यक्त करणं राज्याच्या दृष्टीनी अयोग्य ठरेल याची कल्पना असायची. अशा प्रसंगांसाठी चक्क क्रोधागाराची सोय असायची. तिथे गेलेल्या व्यक्तीनी शांत झाल्यावरच बाहेर इतरांच्यात वावरावं अशी कल्पना असायची.

एखाद्या व्यक्तीचा कुठच्या तरी कारणामुळे आपल्याला खूप राग आला अशी कल्पना करूया. त्या व्यक्तीला वेडेवाकडं बोलणं शक्य आहे, पण योग्य नाही. त्यामुळे ते तर करायचं नाही. दुसऱ्याला मारणं, स्वतःला मारणं हे सगळं शक्य आहे, पण ते योग्य नाही. अशा वेळेला लिखाणाचा शोध लागण्यापूर्वी एकांतात जाऊन बोलण्याची पद्धत होती. कितीही मोठ्यानी आरडा-ओरडा केला तरी काही अडचण नव्हती. सुशिक्षित माणसासाठी लिखाण हा मार्ग खूप सरस आहे, कारण त्यासाठी फार लांब कुठे जावं लागत नाही. घरच्या घरी बसल्याजागी आपल्याला त्या व्यक्तीचा का राग आलेला आहे, हे जर लिहून काढता आलं तर यावर उपाय नक्की सापडेल. मानसशास्त्रानी त्याच्या पुढचा भाग सांगितला आहे तो पण फार उपयोगी ठरतो. आपल्या दृष्टीनी चुकीचं तो माणूस का वागला असेल? त्याची त्या मागे भूमिका काय असेल हे आपण स्वतःच लिहून काढायचं. एवढं जमलं तर राग शांत होण्याची जवळजवळ खात्री देता येते.

समजा, एखाद्याला हे लिहिणं काही कारणानी जमत नसलं तरी त्यानी ठरवून विचार करून बघायचा की असं वागण्यामागे दुसऱ्या व्यक्तीचा काय विचार असेल, काय भावना असेल? या पद्धतीनी आपल्याला आलेली तात्पुरती निराशा आणि राग दोन्ही कमी होईल.

केवळ माहिती असावी म्हणून सांगतो, स्वामी विवेकानंद लहानपणी अतिशय संतापी होते. ते संतापले की त्यांची आई त्यांच्या डोक्यावर घागर भरून पाणी ओतायची. त्यांच्या मोठेपणची कारकीर्द आपल्याला सगळ्यांना माहितीच आहे. तत्त्वचिंतनाच्या आधारानी त्यांनी विश्वबंधुत्व, विश्वशांती या विषयांवर खूप मोठं काम केलं.

पण प्रश्न असा येतो की, स्वतः सोडून दुसऱ्या व्यक्तीबद्दल विचार करता

येण्यासाठी पुरेसा भावनांक म्हणजे 'इमोशनल कोशंट' हवा ना! त्या बाजूनीही सध्या सगळी पंचाईत आहे. एवढ्या मूलभूत विचारातल्या गोष्टी सांगून आता हे सगळं विवाहाशी जोडण्याचं मुख्य काम करूया.

संपूर्ण वैवाहिक आयुष्यात येणाऱ्या सगळ्या प्रश्नांची यादी खूप मोठी आहे, पण त्यातले निवडक प्रश्न बघितले तर त्यांची यादी 60 विषयांची आहे. कुठचा प्रश्न केव्हा उभा ठाकेल हे माहीत नसतं. प्रत्यक्ष प्रश्न समोर आल्यावर उपायांची शोधाशोध सुरू केली तर ते तहान लागल्यावर विहीर खोदण्यासारखं होतं. आधी विचार, अभ्यास, तयारी केली असली तर गांगरून जायला होत नाही, त्यामुळे डोकं शांत राहातं. डोकं शांत राहिलं तरच उपाय निघू शकतो. मला स्वतःला असं वाटतं की, या 60 प्रश्नांबद्दल प्रत्येकाची काहीतरी भूमिका असलीच पाहिजे, स्पष्ट पाहिजे आणि ती व्यक्त केलेली हवी. एखादी व्यक्ती म्हणाली की, याबद्दल तिचं काही म्हणणं नाही तर तीनच गोष्टी संभवतात. एक म्हणजे ती व्यक्ती खोटं बोलतेय किंवा दुसरी शक्यता म्हणजे ती व्यक्ती समोरच्याला सांगण्यालायक समजत नाहीय्. तिसरी शक्यता म्हणजे खरोखर माहिती नसणं. याच्यातलं काही झालं तरी राग येणारच. आधी काही न कळता अकस्मात जोडीदाराची विरोधी भूमिका कळणं धोकादायक असतं. अशा वेळी स्वतःचा सर्वांत जास्त राग येतो.

माणूस स्वतःवर चिडला, पण इतरांच्या नजरेला शांत दिसला तरी त्या माणसाच्या हातून योग्य निर्णय होत नाहीत ही अडचण असते. त्याचा बोलण्याचा स्वरदेखील बिघडतो, बोलताना इतरांना कंप जाणवतो.

पूर्वी एकत्र कुटुंबात परिस्थिती निराळी असायची. राग व्यक्त करण्यासाठी योग्य वेळ, जागा, संधी सापडणं कठीणच असायचं. मनात असलेला भांडणाचा इरादा विरत जायचा.

काही लोकांना आपल्याला राग येतो, आपला स्वभावच रागीट आहे याचा चक्क अभिमान वाटतो. घरातले इतर लोक त्यांच्या रागीटपणाचं कौतुक करतानाही दिसतात.

खरी गोष्ट अशी आहे की, कुठच्याही अडल्ट माणसाला राग येणं, स्वतःवर नियंत्रण नसणं ही गोष्ट शोभत नाहीच. लहान मुलांना मॅच्युरिटी असावी अशी अपेक्षा नसल्यामुळे त्यांना फक्त माफी असते. थोडक्यात रागीटपणाचा अभिमान बाळगण्याजोगं काहीच नसतं.

एखाद्याला राग येतो तेव्हा त्याच्या दृष्टीनी रागावण्यासाठी सर्वांत सोयीची व्यक्ती तो शोधतो. अनेक नवऱ्यांच्या दृष्टीनी बायको सर्वांत सोयीची असते. बायको किंवा नवरा ऐकून घेणाऱ्यांपैकी नसले, तर त्याखालोखाल मुलं बरी पडतात. घरातलं कोणीच सापडलं नाही तर नोकरचाकर असं चालतं. ज्या अर्थी असे लोकं पद्धतशीरपणे व्यक्ती निवडून मग वेडंवाकडं बोलू शकतात त्या अर्थी त्यांना तेवढं नियंत्रण ठेवता येतं. जो माणूस रागावून वरिष्ठाला, वयस्कराला, परिणामांची पर्वा न करता बोलतो त्याचा राग खरा मानायचा. मी इथे रागावणाऱ्या व्यक्तीची बाजू घेत नाहीय्. फक्त त्यातला खरा राग कसा ओळखायचा हे सांगतोय.

राग याची मानसशास्त्रानी अशी व्याख्या केलेली आहे. ‘नकारात्मक भावनेची मर्यादा न कळणं’ म्हणजे राग. ती एक प्रकारची बेशुद्धीच समजायची. कारण राग येणाऱ्या व्यक्तीचा तात्पुरत्या काळासाठी विवेक नाहीसा होतो. दुसऱ्या एका पद्धतीच्या विचारात म्हणलंय की भावनांची कितीही मोठी यादी आपल्याला माहीत असली तरी मूळ भावना दोनच. प्रेम आणि भीती. भीतीची अनेक रूपं आहेत त्यांपैकी एक म्हणजे ‘राग’.

एका ठिकाणी जमलेले सगळे स्वस्थचित्त असताना गटात विचारलं की, असा आयुष्यातला एखादा प्रसंग सांगा की, ज्या प्रसंगी आवाज चढवून, रागावून, अपशब्द वापरून बोलणंच योग्य होतं. कितीही विचार केला तरी असा प्रसंग सापडतच नाही, कारण असा प्रसंग नसतोच. मगाशी सांगितल्याप्रमाणे आवाज चढवून माणूस जेव्हा बोलतो तेव्हा त्याचं स्वतःवर नियंत्रण नसतं. तो भानावर नसतो.

एका माणसाच्या मनात निर्माण झालेला राग एखादी व्यक्ती तात्पुरता लपवू शकेल. आत्ता तो राग लपवला तर कुठच्यातरी स्वरूपात तो केव्हा तरी, कोणावर तरी, कशावर तरी निघतो. नाही लपवला आणि लगेच व्यक्त करायचा म्हटला तर जो समोर असेल त्याला तो सहन करावा लागतो. त्याचेही परिणाम भोगावे लागतात.

‘अति राग आणि भीक माग’ अशी तर मराठीत चक्क म्हणच आहे. ही अतिशयोक्ती नाही. अगदी तसंच चित्र समाजात दिसतं. यासाठी सर्वांत चांगली गोष्ट म्हणजे राग येऊच न देणं. त्याच्या तंत्रांचा शक्य तेवढा अभ्यास करूया. तरी राग आलाच तर तो व्यक्त कसा करायचा याच्या तंत्राचाही अभ्यास करूया.

एक महत्त्वाची लक्षात ठेवण्याची गोष्ट म्हणजे राग कधीही अकस्मात एका क्षणात येत नाही. मनात रागाची सुरुवात होते तेव्हा त्याचं स्वरूप नाराजी, कंटाळा इतपत सौम्य असतं. तेव्हा प्रयत्न करून भावनेला आवरता आलं, दुसऱ्याच कुठल्यातरी गोष्टीकडे लक्ष केंद्रित करता आलं, थोडक्यात त्या रागाला प्राथमिक अवस्थेत पकडता आलं तर सगळं कामच होऊन जातं. कारण त्या भावनेची पुढची अवस्था म्हणजे राग ही अवस्था रद्दच होते.

लहान मुलांच्या बाबतीत नेमकं काय घडतं ते बघूया. लहान मुलांचं आणि म्हाताऱ्या माणसांचं आवाजावर नियंत्रण नसतं. म्हाताऱ्यांविषयी आपण स्वतंत्रपणी बोलू. लहान मुलांचं नियंत्रण नसल्यामुळे ती खूप मोठ्यांदा किंचाळतात. त्याखेरीज लहान मुलांच्या व्होकल कॉर्ड्स् तयार होण्याची प्रक्रिया चालू असते आणि निसर्गनियमामुळे मुलं तो व्यायाम करतात. एखादं मूल किंचाळायला लागलं की दुसरंही चेकाळतं, किंचाळतं, वेडेपणा करायला लागतं.

लहान मुलांच्या मनातही न्याय-अन्यायाची भावना असते. स्वतःची चूक असली तर मूल मुकाटपणी बोलणी खातं, कधी मारही खातं. पण मुलाची स्वतःची चूक नसताना बोलणी बसली तर मुलांना फार अपमान वाटतो. अशा प्रसंगात पालकांनी मारलं तरही त्यांच्या मनाला ते फार लागतं.

अशा मुलांची पुन्हा वयं निराळी असतात. 'असं ओरडू नये, आसपासच्या लोकांना, आम्हाला त्रास होतो,' हे एखाद्या जरा मोठ्या मुलाला समजेल आणि दुसऱ्या एखाद्याला नाही समजणार. जेव्हा समजावून सांगून समजत नाही त्यावेळेला करण्याची युक्ती म्हणजे रागावण्याचं नाटक. 'आता मी रागावून दाखवतो,' सांगून रागावलं तर मुलं बिचकत नाहीत. यामुळे त्यांचा आरडाओरडा ती लगेच थांबवणार नाहीत. नंतर काही वेळानी 'मी आता खरंच रागावतो,' सांगितलं तर थोडासा परिणाम होतो. त्यानंतर आपण गप्प बसावं आणि नुसतं बघत राहावं. पाच मिनिटांत बहुतेक वेळा मुलं शांत होतील.

दुसरा उपाय म्हणजे, मुद्दामहून ठरवून मुलामुलांच्यात भांडणाचे संवाद असणारं नाटक बसवणं. तसं नाटक निरनिराळ्या प्रसंगांवर लिहिलेलं असलं की जास्त चांगलं. जेव्हा मुलं खरीखुरी भांडतील त्या वेळेला त्यांना भांडणाचं नाटक, त्याच्यातले संवाद आठवतील आणि हसूच येईल.

खरी महत्त्वाची गोष्ट अशी आहे की, मुलांवर खरंखुरं प्रेम असलं तर मुलानी अमुक गोष्ट का केली असेल ते कळतं आणि मुलांचा रागच येत नाही.

मी आणि शोभा यांच्याबद्दल मी हे नक्की सांगू शकतो की, आम्हाला मुलांचा, नातवंडांचा राग मुळातच येत नाही.

आई-वडिलांच्या रागावण्यात-मारण्यात बहुतेक वेळा फरक असतो. काही अपवाद सोडले तर आईच्या रागावण्यात काळजी, माया असते तशी वडिलांच्या रागावण्यात स्वतःचा अपमान झाल्याची भावना जास्त असते. आया हळू मारतात, विचार करून योग्य जागी मारतात. वडील निर्दयपणे मारतात. चुकीच्या जागी मारतात, खूप जोर लावतात.

आपल्याला एखादा माणूस भडकू आहे असं आधीपासून माहिती असलं तर बराच फायदा असतो. कारण त्या माणसाशी वागण्याचं तंत्र आपल्याला अवगत असतं. तंत्र अगदी साधं आहे. अशा माणसाशी एखादा विषय बोलायचा असला तर विषय अगदी दोन शब्दांत सांगायचा आणि त्याविषयी केव्हा बोलायचं ती वेळ ठरवायचीय, असं सांगायचं. शांतपणी बोलता आलं पाहिजे अशीच वेळ ठरवूया म्हणायचं. जेव्हा केव्हा या पद्धतीनी गाठ पडेल तेव्हा वेळेच्या थोडं आधी हजर राहायचं. 'कदाचित तुम्ही रागवाल,' म्हणून सुरुवात करायची. तो भडकू माणूस रागावण्याची शक्यता तरी देखील थोडी शिल्लक असतेच. जेव्हा संभाषणाच्या मधे तो माणूस रागावण्याची चिन्हं दिसतील तेव्हा त्याच्या विचारांचा, भावनांचा ओघ मुद्दामहून रोखायचा. पाणी पिऊन येतो, लघ्वीला जाऊन येतो, अशा युक्त्या करायच्या. या पद्धतीनी भडकू माणसाची भडकण्यातली गंमत घालवून टाकायची.

अशा वेळी शक्य असलं तर त्या माणसाच्या देखत समोर टेपरेकॉर्डर चालू करायचा. काहीतरी काल्पनिक कारण सांगायचं. 'मला या विषयावर निबंध लिहायचाय, सर्वेक्षण करायला सांगितलंय,' अशी काहीतरी थाप मारायची. हे जमलं तर भडकूला एकदम ब्रेक लागेल.

टेपरेकॉर्डर शक्य नाही वाटला तर तो काय बोलला ते त्याच्या देखत कागदावर लिहून घ्यायचं. यानीही ब्रेक बसेल.

आमच्या नात्यामधे एक श्रीमंत गृहस्थ होते. त्यांना कार घेणं पैशांनी सहज शक्य होतं, पण तरी त्यांनी कार घ्यायची नाही असं ठरवलं. त्यांना स्वतःला माहिती होतं की त्यांना राग आवरत नाही. त्यांनी स्वतः कार चालवण्याऐवजी ड्रायव्हर ठेवून बघितला, पण रस्त्यावरच्या इतर वाहन-चालकांच्या चुका, बेदरकारी त्यांना सहनच व्हायची नाही. ते इतरांशी भांडायला उठायचे किंवा

स्वतः लालबुंद व्हायचे. ते काही वर्षांनी अकस्मात हृदयविकाराच्या झटक्यानी गेले.

एक गोष्ट अगदी नक्की सांगतो, राग आला की सिगरेट ओढणं, दारू पिणं, खात सुटणं ही सर्वांत वाईट गोष्ट आहे. राग आला म्हणून कोणालातरी मारणं अक्षम्य आहे. हातातल्या वस्तू फेकणंदेखील तेवढंच वाईट आहे. अन्नपदार्थांनी भरलेलं ताट रागामुळे भिरकावून देणारी माणसं सुशिक्षितांच्यात कमी दिसतात पण अजिबात नसतात असं नाही. काहीजण रागावून आदळआपट करतात. स्वतःच्याच वस्तूंचा विध्वंस करतात. स्वतः विकत घेतलेल्या महागाच्या वस्तूंचा नाश करणं हे तर केवळ फिल्मी आहे. ते फक्त श्रीमंतांनाच परवडू शकतं. काहीजण वस्तूंच्या नासधुसीऐवजी स्वतःला इजा करून घेतात. थोबाडीत मारून घेतात, भिंतीवर डोकं आपटून घेतात. त्यातला बराचसा भाग टी.व्ही. सीरियल्समुळे मनावर ठसलेला असतो.

ज्या माणसाला स्वतःला माहिती आहे की स्वतःला राग आवरता येत नाही त्यानी स्वतःमधला तो दोष काढून टाकण्यासाठी काही तंत्रांचा वापर करून बघायला हवा. ती तंत्रं अशी–

1) राग आल्यावर तोंड बंद ठेवणं. आपल्या नाराजीच्या भावना व्यक्त करण्यासाठी मान हलवून नाही म्हणावं. 10 सेकंद मान हलवली की तेवढ्या अवधीत रागाच्या भावनेचा जोर कमी होतो. त्यानंतर बोलावं.
2) दीर्घ श्वसन हाही एक खात्रीशीर उपाय सांगितलेला आहे.
3) राग आला की मनातल्या मनात दहा अंक मोजावेत आणि मग बोलावं हे मी लहानपणापासून ऐकलेलं आहे. त्याच्या मागे थोडा वेळ मधे जाऊ देणं अशीच कल्पना होती.
4) ज्याचा राग आला आहे त्याच्यासमोर थांबू नये. तिथून निघून दुसऱ्या खोलीत, दुसऱ्या ठिकाणी जावं.
5) जागच्या जागी उड्या माराव्यात, मुद्दामून स्वतःची दमछाक होऊ द्यावी.
6) काठीनी उशी बडवावी.
7) तक्क्यावर गुद्दे मारावेत.
8) व्यवस्थापनशास्त्रात आळस घालवण्यासाठी सांगितलेली 4 तंत्रं वापरायची. या पुस्तकसंचात व्यवस्थापनशास्त्र आणि विवाह या लेखात ती दिली आहेत. त्याच तंत्रांच्या साहाय्यानी रागदेखील कमी होतो.
9) सतरंजी, चटई काही न वापरता फरशीवर झोपणं हा देखील एक उपाय

आहे. पहिली गोष्ट म्हणजे त्यामुळे रक्तदाब लगेच थोडा कमी होतो.

निरनिराळ्या ऑफिसेसमधे उच्चपदावर असलेल्या माणसांवर कामात मोठी चूक केल्यामुळे कोणालातरी काढून टाकण्याची वेळ येते. कृती तीच पण शांत माणूस निराळ्या प्रकारे करतो आणि रागीट माणूस निराळ्या पद्धतीनी करतो. रागीट माणूस 'ताबडतोब निघ, तू पुन्हा माझ्या नजरेसमोर नकोस, चालता हो,' अशा प्रकारची वाक्यं बोलतो. तो माणूस निघून गेल्यावर भडकूच्या लक्षात येतं की काही कामांची स्पष्टीकरणं, हिशेबाच्या गोष्टी राहून गेल्याहेत. मग त्या नवीन माणसाकडून करून घेण्यात खूप नुकसान होतं. शांत डोक्याचा माणूस त्या माणसाला ती चूक समजावून सांगतो, त्याच्याकडूनच ती चूक दुरुस्त करून घेतो. तो माणूस राहिला आणि त्यापुढे सुधारला अशी शक्यता 75 ते 80 टक्के असते. त्यातच ऑफिसचा फायदा असतो. त्याला कामावरून काढण्याची गरजच पडत नाही.

रागीट माणसाच्या समुपदेशनाचा प्रश्न कधीकधी येतो. त्यावेळेला वापरण्याची समुपदेशनाची पद्धत साधारणपणे अशी असते. मुख्य गोष्ट म्हणजे रागीट माणसाचा जगाचा अनुभव बहुतेक वेळा कमी पडतो. खरं म्हणजे ओळखीच्या अनेक माणसांचे अनेक प्रश्न असतात. त्यातल्या कशाशीतरी आपल्या अडचणीचं साम्य असतंच. ती गोष्ट त्याच्या लक्षात आणून द्यावी. नुसतं काही काळजी करू नका, सगळं ठीक होईल,' अशा वाक्यानी उपयोग तर काहीच होणार नाही, उलट त्या माणसाला राग यायची शक्यता आहे.

त्या माणसाचा आपल्याला जो प्रश्न समजला असेल तो आपल्या शब्दांत मांडावा. समुपदेशकाला नेमका प्रश्न समजल्याची खात्री झाली की आलेल्या माणसाला बरं वाटतं. स्पष्ट विचार करण्याच्या प्रक्रियेला सकारात्मक दिशा मिळते.

समुपदेशन तंत्रांचा अभ्यास करणाऱ्या मानसशास्त्रज्ञांपैकी मिशेनबाम यांनी खूप महत्त्वाचे विचार मांडले. रागीट माणसांनी स्वतःला उद्देशून काही संदेश द्यावेत. मी रागावणार नाही. दुसरा माणूस चुकीचं वागला तरी रागावणार नाही. मला दुखावण्याचं समाधान मी दुसऱ्याला मिळू देणार नाही. मी या प्रसंगात शांतपणे वागू शकलो तर मी स्वतःला शाबासकी घेईन.

बरेच वेळा रागावल्यानंतर जेव्हा चिंतनाची संधी मिळते तेव्हा लक्षात येतं की आपल्याला स्वतःचाच राग आलेला आहे. खरं म्हणजे स्वतःचा राग येण्याचं प्रमाण दुसऱ्याचा राग येण्यापेक्षा खूप जास्त आहे.

आपल्या मित्रमंडळींचा गट जमवणं आणि त्या गटाशी बोलायचं असं ठरवणं, हाही एक चांगला उपाय आहे. ही ठरवलेली गोष्ट प्रत्यक्षात घडण्यासाठी लगेच करण्याची गोष्ट म्हणजे त्या गटातल्या एखाद्या व्यक्तीला फोन करून 'मला अमुक विषयावर भेटू तेव्हा बोलायचं आहे,' असं सांगणं. प्रत्यक्ष भेट नंतर काही दिवसांनी झाली तरी बिघडत नाही.

याबाबतीत योग्य विचार काय ते स्पष्ट आहे. कधीही न रागावता कायम डोकं शांत ठेवणं. काही मोठ्या लोकांची उदाहरणं स्वतःच्या स्फूर्तीसाठी उपयोगी पडतील. जागतिक राजकारणातली चर्चिल, लिंकन ही नावं आठवून बघा. भारतातले महात्मा गांधी, लालबहादूर शास्त्री बघा. क्रिकेटमधले तेंडुलकर, धोनी यांचं उदाहरण बघा. जागतिक टेनिसपैकी बोर्ग, फेडरर ही उदाहरणं बघा. भारतीय सिनेमाक्षेत्रातले अमिताभ बच्चन, माधुरी दीक्षित आठवा. हे लोक कधी आपला तोल घालवून रागावत नाहीत.

अगदी मुळातला एक प्रश्न विचारतो. आपल्या दृष्टिकोनातून समोरच्या व्यक्तीनी काहीतरी चुकीचं केलेलं असतं म्हणून आपल्याला राग येतो. त्या व्यक्तीनी तसं चुकीचं वागू नये हा आपला हेतू असतो.

रागावल्यामुळे तो हेतू साध्य होतो का?

समजावून सांगून हेतू साध्य होतो का?

कशाची शक्यता जास्त आहे?

मी तुम्हाला 'रागावणं कसं चूक आहे' वगैरे सांगतोय यामुळे तुम्हाला वाटेल की मी कधीच कोणावर ओरडून बोललो नाही. ते खरं नाही. मी तुम्हाला निवडक दोन-तीन प्रसंग सांगतो. त्या सगळ्या प्रसंगांनंतरही माझं मत मात्र तेच आहे. रागावण्यात काही अर्थ नाही. जेव्हा जेव्हा मी असं वागलो तेव्हा ती माझी चूकच होती.

1) मागे एका बांधकामाच्या साइटवर कॉन्ट्रॅक्टरनी मला कशावरून तरी खूप उचकवलं. माझं खरं मत असं आहे की, समोरचा माणूस जेवढा जास्त चुकीचं वागेल तेवढं जास्त शांत डोक्यानी मी वागायला हवं. प्रत्यक्षात तसं झालं नाही. मी संतापून, आवाज चढवून त्यांना बोललो. यामुळे झालं काय ते सांगतो. शांत प्रवृत्तीचा, विचारी, समतोल, बांधकाम व्यवस्थापनशास्त्रातला तज्ज्ञ अशी जी माझी प्रतिमा होती (त्यात काही खोटं नव्हतं) ती साधारण 15 वर्षं सगळ्यांच्या मनात होती, ती मी एक ते दीड मिनिटात धुळीला

मिळवली. ज्यांच्या समोर मी असं वागलो त्यांच्या ते लक्षात राहील किंवा राहणार नाही. पण मी माझ्या स्वतःवर त्याबद्दल अजूनही नाराज आहे.

2) शोनील आणि आभा या दोन मुलांना मी त्यांच्या लहानपणी खूप जोरानी ओरडलो असे 5-7 प्रसंग घडले. ज्या अर्थी ते मोठे झाल्यावर त्यांना कधी ओरडलो नाही त्या अर्थी ते माझ्यापेक्षा लहान असल्यामुळेच मी त्यांच्या लहान वयाचा गैरफायदा घेतला.

3) आभाची दोन मुलं ओजस आणि तुहीन यांनाही मी काही महिन्यांपूर्वी खूप जोरानी ओरडून रागावलो. मी त्याचं कारण तुम्हाला सांगू शकीन. त्या दिवशी माझं डोकं खूप दुखत होतं. झोप आली होती आणि मुलांना तर दंगाच करायचा होता. अगदी चेव चढला होता. आणि तरी तुम्हाला माझं मत सांगतो. डोकं दुखत असताना देखील शांत राहू शकलो तरच मी माझ्या मीच घेतलेल्या परीक्षेत मला पास समजीन. नाही तर नापास.

सारांशात सांगायचं म्हणजे राग आवरणं याचा अर्थ गैरसमजुतीपासून समजुतीपर्यंत पोहोचणं, संकुचितपणापासून विशालतेपर्यंत पोहोचणं, अविचारापासून विचाराकडे जाणं आणि अस्वस्थतेपासून मनःशांतीपर्यंत पोहोचणं.

●●●

एका ठिकाणी जमलेले सगळे स्वस्थचित्त असताना गटात विचारलं की, असा आयुष्यातला एखादा प्रसंग सांगा की, ज्या प्रसंगी आवाज चढवून, रागावून, अपशब्द वापरून बोलणंच योग्य होतं. कितीही विचार केला तरी असा प्रसंग सापडतच नाही, कारण असा प्रसंग नसतोच.

जीवनसाथ पुस्तक संच
संपूर्ण यादी

पुस्तक क्र.	पुस्तकाचं नाव
1.	विवाह अभ्यास म्हणजे नेमकं काय ● कौटुंबिक विसंवाद
2.	जोडीदाराची निवड ● लैंगिक शिक्षण
3.	व्यक्तिमत्त्व विकासाचा खरा अर्थ ● पुरुष पालकांचं शिक्षण
4.	आर्थिक व्यक्तिमत्त्व ● करीअरचं नियोजन
5.	व्यवस्थापनशास्त्र – वैवाहिक आणि रोजच्या आयुष्यातलं
6.	स्वावलंबन, आत्मसन्मान ● स्त्री-पुरुष असमानतेची रूपं
7.	उत्सवी प्रवृत्ती ● लग्नसमारंभ

8.	खरे उपयोगी संस्कार ● सर्वांनी करण्याजोगं समाजकार्य	
9.	रोजच्या आयुष्यातलं तत्त्वज्ञान ● समतोल विचारांचं महत्त्व	
10.	ज्येष्ठांशी संवाद ● मृत्यूसंबंधी स्पष्ट विचार	
11.	समुपदेशनाच्या अनेक नव्या पद्धती ● जीवनसाथ समुपदेशन संस्था	
12.	कौटुंबिक स्वास्थ्यासाठी उपाय ● जीवनसाथमधले खेळ	

जीवनसाथ संचामधली अनिल भागवत यांची इतर पुस्तकं

पुस्तक-2

जोडीदाराची निवड

●

लैंगिक शिक्षण

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

---

1) प्रथमदर्शनी प्रेम आणि प्रेमप्रकरणं

1. नैसर्गिक स्त्री-पुरुष आकर्षण 2. प्रथमदर्शनी प्रेम 3. एकतर्फी प्रेम 4. नॉर्मल - ॲबनॉर्मल तारुण्य 5. दुतर्फी प्रेम प्रकरण 6. लग्न ठरवणं – साखरपुडा वगैरे 7. अविचाराची शक्यता 8. लग्न मोडणं/प्रेमभंग 9. विवाहबाह्य आकर्षण/ प्रेमप्रकरण 10. खरं प्रेम म्हणजे काय?

2) विमुक्त जीवन

3) अविवाहितांचं आयुष्य

1. अविवाहितांच्या आयुष्याचा अभ्यास 2. विवाहाचा इतिहास 3. काही अविवाहितांची उदाहरणं 4. जीवनसाथमधे अविवाहितांच्या प्रश्नाबद्दल काय असतं? 5. समतोलपणी वागणाऱ्या अविवाहितांची उदाहरणं 6. लिव्ह-इन रिलेशनशिप (लग्नाविना एकत्र राहणं) 7. लग्न करण्याविषयी माझं स्वतःचं मत

4) अविवाहितांच्या मुलाखती

5) लग्न कशासाठी?

6) लग्नाचं योग्य वय

7) वधू-वर सूचक मंडळं आणि मेळावे

1. वधू-वर सूचक मंडळं 2. मेळावे, खेळ, सहल आणि जीवनसाथचे प्रयत्न

8) जोडीदाराची निवड

1. दुनिया जिसे कहते है वो जादू का खिलौना है – सध्याचा प्रश्न 2. स्वस्थ वैवाहिक आयुष्याचं ध्येय 3. निवडीसाठी किती काळ योग्य? 4. लेखी प्रश्नावलीच्या देवघेवीची कल्पना 5. प्राथमिक प्रश्नावली 6. सविस्तर प्रश्नावली– बाह्यरूप 7. सविस्तर प्रश्नावली– पत्रिका 8. सविस्तर प्रश्नावली– शिक्षण/व्यासंग 9. सविस्तर प्रश्नावली– आरोग्य 10. सविस्तर प्रश्नावली– स्वभाव 11. सविस्तर प्रश्नावली– पैशांबद्दलची विचारसरणी 12. सविस्तर प्रश्नावली– मासिक प्राप्ती 13. सविस्तर प्रश्नावली– स्त्री-पुरुष समानता 14. सविस्तर प्रश्नावली– स्त्री-पुरुष लैंगिक संबंध 15. सविस्तर प्रश्नावली– कुटुंब 16. सविस्तर प्रश्नावली– मुलं 17. सविस्तर प्रश्नावली– लग्न समारंभ 18. सविस्तर प्रश्नावली– वैवाहिक आयुष्याचं सार 19. सविस्तर प्रश्नावली– महत्त्व कशाला? 20. त्रोटक सविस्तर माहिती 21. भावी जोडीदाराच्या प्रत्यक्ष भेटीपूर्वीचे पर्याय 22. जोडीदाराबद्दल अंतिम निर्णयप्रक्रिया 23. जीवनसाथची कार्यशाळा नेमकी कशी असते? 24. निवडक गटाचं जोडीदाराच्या निवडीसाठी समुपदेशन 25. जोडीदार ठरल्यावर लग्नापूर्वीची बौद्धिक चाचणी (मॅरेज मॅच्युरिटी इंडिकेटर) 26. अविचाराची शक्यता 27. लग्न ठरल्यानंतरची कर्तव्यं 28. जोडीदाराची निवड या कार्यशाळेत वापरायचे खेळ

9) लैंगिक शिक्षणाची गरज

1. या लेखाची पार्श्वभूमी 2. भारतातलं पारंपरिक कामशास्त्र आणि जगातली परिस्थिती 3. तत्त्वज्ञान आणि मानसशास्त्राची लैंगिक संबंधाबद्दलची भूमिका 4. सध्याच्या प्रश्नाचं स्वरूप 5. लैंगिक शिक्षणाची कार्यशाळा 6. लैंगिक संबंधातलं समुपदेशन

10) लैंगिक शिक्षण– जन्मापासून 5 वर्षांपर्यंतच्या मुलामुलींबद्दल

11) लैंगिक शिक्षण– 5 ते 10 वर्षांपर्यंतच्या मुला-मुलींसाठी

12) लैंगिक शिक्षण– 10 ते 16 वयापर्यंतच्या मुला-मुलींसाठी

13) लैंगिक शिक्षण – तरुणांसाठी – लग्नापूर्वी

●

पुस्तक-3

व्यक्तिमत्त्व विकासाचा खरा अर्थ

●

पुरुष पालकांचं शिक्षण

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

---

1) संवादकला

1. संवादामागचं तत्त्वज्ञान 2. मानसशास्त्रातला एक महत्त्वाचा प्रयोग 3. चांगला संवाद म्हणजे काय? 4. आयुष्यभरातल्या सगळ्या नात्यांचे फक्त 3 गट 5. जोडीदाराबरोबरचा किंवा जवळच्या व्यक्तीबरोबरचा संवाद 6. संवादातल्या चुकांची उदाहरणं 7. व्यवसाय, धंदा, दुकानदारी यामधले संवाद 8. चांगला संवाद– त्यासाठीचे मार्ग आणि तंत्रं 9. संवादकलेबद्दलच्या गटचर्चा 10. संवादातल्या भाषेचा प्रश्न आणि हावभाव, हालचाली यांच्यामधून संवाद

2) व्यक्तिमत्त्व विकास

1. आत्मविश्वास– व्यक्तिमत्त्वाचा पाया 2. बाह्यरूप 3. बोलणं 4. चेहऱ्यावरचे भाव 5. चुकीच्या लकबी 6. फसवेगिरी - खोटेपणा 7. कुचाळक्या - एक विकृती 8. अंगचे कलागुण 9. छंदापासून व्यसनापर्यंत 10. शिस्त आणि व्यवस्थापन 11. आयुष्याचा संतुलित दृष्टिकोन 12. अष्टपैलू– चतुरस्त्र– अष्टावधानी व्यक्ती 13. विकासाचे दोन मार्ग 14. मिश्रगट समुपदेशनाचे व्यक्तिमत्त्वासाठी फायदे

3) खरं बोलणं – अठ्ठ्याण्णव टक्के

4) नकार देण्याची कला

5) मी केलेल्या चुका

6) मी जोडीदाराकडून/विशिष्ट व्यक्तीकडून काय शिकलो/शिकले

7) इ.क्यू. (इमोशनल कोशंट) म्हणजेच भावनिक गुणांक

1. भावनिक गुणांकाची (इ.क्यू.) मूळ कल्पना 2. स्त्रियांच्या आणि पुरुषांच्या भावनांकातला फरक 3. भावनांक सुधारण्याचं शिक्षण 4. समुपदेशनातले अनुभव 5. शोभा आणि मी यांचं उदाहरण 6. भावनांक आणि समाजकार्य यांचा संबंध 7. भावनांकावर वय, आरोग्य यांचा परिणाम

8) पुरुष पालकांचं शिक्षण

1. माझं स्वतःचं लहानपण 2. पालक शिक्षणाची थिअरी आणि प्रॅक्टिस 3. शोभाचं आणि माझं पालक-शिक्षणातलं काम 4. मूल कशासाठी? 5. मुलाची शारीरिक वाढ 6. सर्वसाधारण पुरुष पालकाची सध्याची वागणूक 7. पालकत्वाचे नवे प्रश्न / उपायांचा शोध 8. मुलांना अपमानास्पद वागणूक 9. मुलं बिघडण्याची कारणं 10. आईवडलांचं एकमेकांशी नातं 11. आजोबांची भूमिका 12. शिक्षण-शाळा-अभ्यास-समुपदेशन 13. मुलांचा भाषाविकास 14. मुलांना केलेल्या शिक्षा 15. मुलांना स्वच्छतेचं शिक्षण 16. मुलांसाठी लैंगिक शिक्षण 17. मुलांसाठी वेळ काढणं 18. मुलांची पैशाबद्दलची समज 19. मुलांचे खेळ - आरोग्य 20. मुलांमुळे करिअरमधे खंड 21. भावंडांचे संबंध 22. समाजाचं मुलांकडे दुर्लक्ष 23. संस्कार 24. 'स्पेशल' मुलं 25. तरुणांचे पालक म्हणून जबाबदाऱ्या 26. पालकत्वामागचा समतोल विचार

9) आभार

●

पुस्तक-4

आर्थिक व्यक्तिमत्त्व

●

करीअरचं नियोजन

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

●

पुस्तक-5

व्यवस्थापनशास्त्र – वैवाहिक आणि रोजच्या आयुष्यातलं

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

●

पुस्तक-6

स्वावलंबन, आत्मसन्मान

●

स्त्री-पुरुष असमानतेची रूपं

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

●

पुस्तक-7

उत्सवी प्रवृत्ती

●

लग्नसमारंभ

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

●

पुस्तक-8

खरे उपयोगी संस्कार

●

सर्वांनी करण्याजोगं समाजकार्य

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

इत्यादी 6. खाण्यापिण्याबद्दलच्या रूढी 7. लग्नसमारंभाशी जोडलेल्या रूढी 8. पोषाखाच्या रूढी 9. हिंसा-अहिंसा 10. नमस्कारासंबंधी रूढी 11. सामाजिक कार्यक्रमातल्या रूढी 12. रूढीमधले झालेले आणि करण्याजोगे बदल 13. पाप-पुण्य, मृत्यूसंबंधीच्या रूढी 14. कुटुंबकारणातल्या आणि सामाजिक अधिकाराच्या रूढी 15. काय बदल करता येतील?

9) आधुनिक-पारंपरिक म्हणजे नेमकं काय?

1. या लेखामागची कल्पना 2. बाह्यरूपातली पारंपरिकता किंवा आधुनिकता 3. मनातली आणि विचारातली पारंपरिकता किंवा आधुनिकता 4. निष्कर्ष

10) खरे संस्कार म्हणजे नेमकं काय?

1. आहाराविषयीचे संस्कार 2. आरोग्याविषयीचे संस्कार 3. पोषाखाविषयीचे संस्कार 4. निवाऱ्यासंबंधीचे संस्कार 5. विवाहासंबंधीचे संस्कार 6. मुलांवरचे संस्कार 7. पैशांबद्दलचे संस्कार 8. कामाबद्दलचे संस्कार 9. अभिरुचीचे संस्कार 10. मृत्युसंबंधीचे संस्कार 11. संस्कारांबद्दल करण्याजोग्या गोष्टी

11) स्वतःची होकारांची आणि नकारांची यादी

12) समाजकार्याच्या दिशा

1. या लेखामागची कल्पना 2. 'फंडिंग' असलेली कामं 3. सामाजिक प्रथा बदलण्याची कामं 4. धार्मिक प्रकारची सामाजिक कामं 5. शिक्षणक्षेत्रासाठी सामाजिक कामं 6. बालकांच्या हक्कांसंबंधी कामं 7. पत्रकारितेमधून सामाजिक काम 8. ग्राहकहितासाठी सामाजिक काम 9. शहरी सुविधांसाठी चळवळ 10. वैद्यकीय क्षेत्रातली सामाजिक कामं 11. शिष्यवृत्त्यांसाठी, पारितोषिकांसाठी पैशाची सोय 12. नैसर्गिक आपत्तीनंतरची कामं 13. शहरांमधल्या झोपडपट्ट्यांच्यामधे काम 14. पर्यावरण रक्षण-शिक्षण 15. कोणालाही जमतील अशी साधी कामं

13) आभार

●

पुस्तक-9 (नऊ)

रोजच्या आयुष्यातलं तत्त्वज्ञान

●

समतोल विचारांचं महत्त्व

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

---

5) सरकार

6) राजकीय लोकशाही

7) बहुमत

8) सहकारी संस्था

9) राजकारण

10) निवडणूक

11) राष्ट्र

12) राष्ट्रीय एकात्मता, विश्वबंधुत्व/विश्वशांती

13) कायदा आणि पोलीस यंत्रणा

14) स्वतःच्या आयुष्याविषयी समतोल विचार

15) आभार

●

पुस्तक-10

ज्येष्ठांशी संवाद

●

मृत्यूसंबंधी स्पष्ट विचार

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

---

1) ज्येष्ठांशी संवाद

1. पिढीतल्या फरकाचा अभ्यास कशासाठी? 2. सध्याची परिस्थिती 3. मुलांच्या लग्नाविषयी ज्येष्ठांची भूमिका 4. लग्न जुळवणारे मध्यस्थ 5. पारंपरिक संस्कार 6. पैशाबद्दलच्या विचारसणीतला फरक 7. आहारामधले फरक 8. सामाजिक जाणिवेतला फरक 9. एकत्र का विभक्त कुटुंब? 10. स्वावलंबनाविषयी दृष्टिकोनात फरक 11. घरातल्या सोयी 12. स्वतःच्या मुलांच्या संसारात लक्ष 13. पालकत्वाविषयीचा दृष्टिकोन 14. प्रेमाची समज 15. मैत्रीबद्दलच्या कल्पना 16. भाषेचे प्रश्न 17. संवादकलेची समज 18. आधुनिक साधनं 19. आधुनिक दृष्टिकोन 20. म्हातारपणाची समज 21. मृत्युपत्र 22. निष्कर्ष

2) नकारात्मक विचारांची शक्ती

1. मूळ भूमिका 2. मृत्युपत्राचा नमुना (विल) 3. इच्छामरण पत्र (लिव्हिंग विल)

3) मृत्यूविषयी स्पष्ट विचार

1. म्हातारपणापासून मृत्यूपर्यंतचा प्रवास 2. जवळच्या नातेवाइकांची आजारपणं आणि मृत्यू 3. जोडीदाराच्या मृत्यूविषयी स्पष्ट विचार 4. स्वतःच्या मृत्यूविषयी स्पष्ट विचार

4) आभार

●

पुस्तक-11

समुपदेशनाच्या अनेक नव्या पद्धती

●

जीवनसाथ समुपदेशन संस्था

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

---

5) वैयक्तिक समुपदेशन

1. या लेखाची मूळ कल्पना 2. घरातल्या किंवा ओळखीतल्या ज्येष्ठांचा सल्ला 3. मार्गदर्शन आणि समुपदेशनातला फरक 4. समुपदेशनातली मूलतत्त्वं किंवा गृहितं 5. भारत आणि पाश्चात्त्य देशातली परिस्थिती 6. समुपदेशकाची खास कौशल्यं– ऐकणं, बोलणं 7. समुपदेशनाची सुरुवात आणि प्रगती 8. समुपदेशकानी स्वतःविषयी सांगणं 9. समुपदेशनाचे प्रकार 10. क्रिटिकल ॲनॅलिसिस पद्धतीचं समुपदेशन 11. आत्मविश्वास वाढविण्यासाठी समुपदेशन 12. समुपदेशनातली तंत्रं 13. समुपदेशनातली पथ्यं 14. समुपदेशनातल्या अडचणी 15. समुपदेशकांच्या श्रेणी 16. विवाहपूर्व समुपदेशन 17. घटस्फोटापूर्वीचं समुपदेशन 18. ग्रुप काऊन्सेलिंग– एक उत्तम पर्याय 19. निष्कर्ष

6) रिफर्ड काऊन्सेलिंग ऊर्फ अप्रत्यक्ष समुपदेशन किंवा कॅरम बोर्ड काऊन्सेलिंग

7) जागा-पद्धत-व्यवहार, सूत्रधार तयार करणं वगैरे

8) या पुस्तकाचा उपयोग

9) अभ्यास मंडळात न येण्याची कारणं

10) आभार

●

पुस्तक-12

कौटुंबिक स्वास्थ्यासाठी उपाय,

●

जीवनसाथमधले खेळ

या पुस्तकाचा सविस्तर अनुक्रम

●

अनिल भागवत यांनी लिहिलेली आणखी पुस्तकं

पुस्तक-1

घर पाहावं बांधून (पाचवी आवृत्ती)

■ प्रस्तावना ■ प्रमोटर बिल्डर्सविषयी ■ आर्किटेक्ट्स्‌विषयी ■ बिल्डिंग कॉन्ट्रॅक्टरविषयी ■ आर. सी. सी. डिझायनरविषयी ■ मटेरियल सप्लायरविषयी ■ बांधकाम कामगारांविषयी ■ पेटी कॉन्ट्रॅक्टर्सविषयी ■ गळणारं छप्पर ■ ॲग्रीमेंटवर सही ■ सिस्टिम बिल्डिंग ■ बांधकाम आणि सरकार ■ बांधकाम, कर्ज, सरकारी कर आणि आपण ■ कन्स्ट्रक्शन मॅनेजमेंट कन्सल्टंटविषयी ■ बांधकामातले तांत्रिक शब्द आणि चेकलिस्ट

पुस्तक-2

लग्न पाहावं करून (उपलब्ध नाही)

पुस्तक-3

व्यवस्थापनशास्त्र तुमच्यासाठी (दुसरी आवृत्ती)

■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट - एक आवश्यक व्यवस्थापनशास्त्र ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंटची मूलतत्त्वं ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंटमधल्या महत्त्वाच्या गोष्टी आणि फायलिंग ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट आणि कामगार ■ क्वालिटी मॅनेजमेंट आणि सुपरवायझर ■ स्पीड मॅनेजमेंट - एक जादूसारखं तंत्र ■ कॉस्ट मॅनेजमेंट ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट आणि इतर तज्ज्ञ ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट आणि मालक ■ डिझास्टर मॅनेजमेंट - आपत्ती निवारणशास्त्र ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट - मोहीम फत्ते करण्याचं शास्त्र ■ मॉनिटरिंग मॅनेजमेंट - बहुउपयोगीशास्त्र ■ तुम्ही कोणीही असा - ते वापरता येईल

●

लेखक अनिल भागवत यांचे ऋणी आहेत.

- डॉ. उल्हास लुकतुके - 1997 साली जीवनसाथ सुरू करताना स्पष्ट विचारांची जीवनभर साथ हा उद्देश स्पष्ट होता, पण त्याची सुरुवात करण्यासाठी यांची खूप मदत झाली.
- जीवनसाथ - मुंबई शाखा माझ्या आईसाठी सुरू केली. मुंबईतल्या लोकांना या अभ्यासाची प्रचंड गरज होती, अजूनही आहे. तिच्या घरीच कार्यक्रम व्हायचे.
- मुंबई जीवनसाथचा भक्कम आधार होता सुशील आणि विनीता हाटे. त्यांची निष्ठा, संयोजनकौशल्य आणि आमची वैयक्तिक मैत्री मला खूप महत्त्वाची वाटते.
- पुण्यातलं जीवनसाथ अभ्यास मंडळ पहिल्या दिवसापासून जोरातच चाललं. बरीच वर्षं ते शनिवार पेठेतल्या आमच्या घरी होतं. आता आमच्याच कर्वेनगरच्या घरी अभ्यास मंडळ चालतं. गेली दोन वर्षं मी हा पुस्तकसंच लिहीत असताना मला अनेकांनी मदत केली. त्यातल्या काहींनी या पुस्तकांसाठी काही विषयांसाठी मजकूर लिहिला, काहींनी टायपिंगची, डिक्टेशन घेऊन लिहिण्याची मदत केली. मजकुरावरच्या त्यांच्या प्रतिक्रियादेखील महत्त्वाच्या होत्या. त्यांची नावं मी आडनावाच्या आद्याक्षरांच्या क्रमानी देतोय. ती आद्याक्षरं इंग्लिश अल्फाबेटाप्रमाणे रचली आहेत.

  बोकील डॉ. आशा, बोरोटीकर तुषार, भोइटे आमोद, दंडवते मानसी, डिंबळे रामभाऊ, देगवेकर दिलीप, देशपांडे केशव, देवराज शिल्पा, गोवित्रीकर सुनीति, जाधव विजय, कानेटकर श्रद्धा, कुळकर्णी पौर्णिमा,

क्षेमकल्याणी ममता, लिमये हर्षद, लिमये गौरी गोळे, मेढेकर शैवल, मोहाडीकर डॉ. लीना, मुद्‌गल दीपा, मुद्‌गल स्मिता, मुळे अंजली, म्हैसकर मकरंद, नागपूरकर माधव, पाटणकर राजेश, पाटील मोहिनी, पाटील स्मिता, पाटील विक्रांत, राऊळ श्यामल, रावराणे गीता, साठे आशा, शुक्ल डॉ. भूषण, संचेती अपूर्वा, संचेती आदिती, वळसंगकर अनिल, तेलंग डॉ. नीलू.

- जीवनसाथ अभ्यास मंडळाचे सगळे सभासद. जीवनसाथ समुपदेशन केंद्राचे सगळे समुपदेशनार्थी.
- शोभा तर या पुस्तकसंचाच्या थोड्या भागाची सह-लेखिकाच आहे. मी आमच्या वैवाहिक आयुष्यात तिच्यावर केलेल्या अन्यायाचा मी अनेक ठिकाणी उल्लेख केलाच आहे. शिवाय या पुस्तक-प्रक्रियेच्या दोन वर्षांच्या काळातही तिच्या मदतीशिवाय, टीकेशिवाय, सूचनांशिवाय आणि प्रोत्साहनाशिवाय मी इथपर्यंत पोचलोच नसतो.

  शोनील आणि आभामुळे तर जीवनसाथ संस्था सुरू झाली. अनास्तेसिया, श्रेयस आणि आमची नातवंडं ओजस, तुहिन आणि डॉमिनिक यांना पुढे त्यांच्या आयुष्यात माझ्या या कार्यशाळांचा आणि त्याबद्दलच्या लिखाणाचा उपयोग व्हावा हा माझा ऊर्जास्रोत होता.
- हे पुस्तक या अवस्थेपर्यंत आणण्यात श्री. हेमंत जोशी आणि सौ. संगीता सरदेसाई यांचा मोठा वाटा आहे.
- मी पुस्तकसंचात म्हटलं आहे तेच पुन्हा सांगतो. वाचकांच्या प्रतिक्रिया नाव, फोटो पत्त्यासह पुढच्या आवृत्तीत छापणार आहे. कौतूक, टीका दोन्हीचं स्वागत असेल. अशा प्रत्येकाचं माझ्यावर ऋण असणार आहे.

— अनिल भागवत
वैवाहिक आणि कौटुंबिक समुपदेशक

'आयुष्यात येणाऱ्या प्रत्येक प्रश्नाचं खरं मर्म एकच – चांगल्या-वाईट अनेक घटना तुमच्या वाट्याला आयुष्यभर येणार. त्यांची हाताळणी कशी करायची हे दुसरी कुठचीही शक्ती किंवा व्यक्ती ठरवणार नसते. ते तुम्ही स्वतः ठरवायचं असतं. त्यासाठी त्या घटनेच्या सर्व अंगांचा अभ्यास स्वतःला करावा लागतो. त्या अभ्यासासाठी जीवनभर स्पष्ट विचारांची साथ लागते. म्हणजेच जीवनसाथ.'

या पुस्तकाविषयी

तरुणपणी योग्य वयात लग्नाआधी विचारपूर्वक जीवनसाथमध्ये नियमितपणे यायला सुरुवात केली तर फारच छान; पण समजा तसं नाही जमलं तर काय करायचं? ताण आधीच निर्माण झाले असले तर? 'बेटर लेट दॅन नेव्हर'. मध्यमवयीन, वयस्कर असलं म्हणून काय झालं? दोघांची इच्छा असली तर ताण नक्की कमी करता येतील. घालवताही येतील कारण 'विवाहाचं बिघडलेलं यंत्र कुठच्याही अवस्थेत दुरुस्त करायचा प्रयत्न करता येतो.' तो प्रयत्न करण्यासाठीच तर जीवनसाथ अभ्यास मंडळ आहे.

वधू-वर सूचक मंडळं अनेक असतात, पण विवाह-अभ्यास या कल्पनेचे जनक लेखक अनिल भागवत यांनी हा अभ्यास कसा अत्यावश्यक आहे हे सांगितलंय.